

みんなで参加しよう!! 5月25日水はAY チャレンジデー

今年も連動企画をします!

チャレンジデーとは
毎月5月の最終水曜日に人口規模がほぼ同じ自治体で、午前0時から午後9時までの間に、15分以上継続して運動やスポーツを行った住民の「参加率(%)」を競い合い、敗れた自治体は、対戦相手の自治体の旗を1週間掲揚するというルールで行われる住民総参加型のスポーツイベントです。

全地域対象
どなたでもご参加ください

徳地体育館

8:30~16:00
徳地体育館を無料開放!

今話題の

1回目 10:00~
2回目 12:20~

ご都合の良い回にご参加ください

『いきいき百歳体操』

★いきいき百歳体操って?★

椅子に座って30分程度の簡単な動作を行う体操です。高齢の方や身体の弱い方、どなたでもできます。

当日は健康相談も行います。
また、参加者同士の交流会も予定しています。

18:30~(19:30まで受付)

『体力年齢測定(新体カテスト)』
& 『ニュースポーツ体験』

カローリングやボッチャなど、レクリエーション系スポーツを楽しもう!

※事前にお申し込みください(当日参加も可)
※体育館シューズ・運動できる服装・タオル・飲み物をご持参ください。



出雲地区対象

徳地山村開発センター
(集合:大集会室)

9:00~

『ラジオ体操』 & 『ウォーキング』

柚野地区対象

柚野木小学校
(グラウンド・体育館)

9:00~

『グラウンドゴルフ』&『ペタンク』

15分体を動かして報告を! 今年は神奈川県座間市と対戦

山口市(山口県) VS 座間市(神奈川県)

チラシ記載のイベントに参加された方へ
参加賞をご用意しています

人口 197,426人 参加回数 4回目

「参加者10万人」を合言葉に、みんなで楽しく参加!でも、勝利にもこだわっていきます。

人口 128,568人 参加回数 2回目

ひまわり畑で生まれたという謎の妖精をもつ座間市。ほっちゃり体型だからといって安心してはいけません!運動神経抜群な妖精らしい...チャレンジデーでは、大活躍されることが予想されます!



ざまりん

15分間体を動かしたら報告を!

*8:30~17:15は
地域交流センター又は各分館へ

*17:15以降は
地域交流センターへ お電話ください。

徳地地域交流センター	52-0217
<各分館> 島地分館	54-0001
串分館	54-0222
八坂分館	56-0301
柚野分館	58-0001