

## 阿南市健康スポーツフェスタ2023を開催します

令和5年2月に完成いたしました、阿南市羽ノ浦スポーツセンターを拠点とし、誰もが気軽にスポーツを楽しめ、多種多様なスポーツを体験することができる「阿南市健康スポーツフェスタ2023」を開催します。

**日時** 令和5年10月9日(月) 9時30分から正午

**会場** 阿南市羽ノ浦スポーツセンター(阿南市羽ノ浦町宮倉沢田100番地)

### 内容

(1) チャレンジスポーツエリア

こども運動能力発掘アクティブチャレンジ(メインアリーナ)

小学1～4年生までを対象に、「投げる」「はやく走る」「ながく走る」といった基礎的な運動を中心に、子どもたちの健やかな身体をバランスよく育みます。

(2) ヘルスアップエリア(サブアリーナ)

大人だけでなく、親子で参加可能なヨガやエアロビクス等の講座を実施します。また、体成分測定、姿勢測定認知機能測定、健康相談を行い、小学生から大人まで各10～15分程度の測定と専門スタッフによるカウンセリングが受けられます。

(3) エンジョイスportsエリア(多目的スペース)

未就学児や小学生のために、リズム体操やキッズダンスを実施します。また、ボッチャやカローリングといったニュースポーツも体験でき、初めての方、体力の自信のない方でも参加できるプログラムとなっております。

問い合わせは スポーツ振興課 (☎22-3394) へ