

みんなで楽しむ！体を動かす一日！

スポーツ チャレンジデー

年齢・性別問わず、どなたでも参加できます！

2026年

6月28日 日

9:00～16:00

ミニ緑日コーナー

楽しいゲームで盛り上がりましょう！

輪投げ



ヨーヨー釣り



当てくじ



<必要なもの> 動きやすい服装・室内シューズ・飲み物・タオル

無料

ボッチャ体験

9:00-16:00

パラリンピックでも
毎回盛り上がりを見せるボッチャを体験ができます！「ボールを投げる」が出来ればどなたでも参加可能です。



無料

工作体験

9:00-13:00

ぬりえや「ミニスノードーム」作りをしていきます。
※数に限りがあります。(先着)どなたでも参加可能です。



有料

レズミルズピラティス体験

11:00-11:45

体幹の強化や姿勢改善などを目的としたエクササイズです。身体をすっきりさせましょう！

担当：TOMOインストラクター
料金：550円(税込) 対象：16歳以上



無料

リズムジャンプ体験

10:00-10:45

みんなでジャンプ！ジャンプ！
見本の動き・音楽に合わせて一緒にジャンプで楽しく身体を動かしましょう！！
お子様から大人の方まで参加OK！！



無料

ストレッチ&体幹トレーニング体験

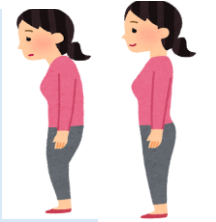
13:00-13:45

普段運動している人もそうでない人も自分の身体を知るために参加してみませんか？
お子様から大人の方まで参加OK！

健康年齢・体力測定会

自分のからだの状態を知って、健康づくりに役立てよう！

- 姿勢チェック
- 全身反応テスト
- 握力
- 垂直跳び
- メディンボールスロー
- 20mダッシュ



体力測定会

9:00-12:00/13:00-16:00

普段なかなか測定することの無い「体力」を測定してみませんか？
簡単な動作なので短時間で測定できます。

協力：メディカルウェルネス協会
料金：1,100円(税込) 対象：小学生以上



有料

1.中学生の部 2.高校生の部 3.一般の部(男女別)でランキングを出します。部門ごとの1位には特典があります♪※小学生はランキング対象外
※すべての測定に参加された方が対象です。

健康年齢測定会

9:00-16:00

どなたでも測定可能です。
※一部機械ではお子様は反応しない場合がございます。
血管年齢や脳年齢など、普段の健康診断では調べない項目にチャレンジしてみませんか？
お子様からシニアの方まで測定可能です。
協力：明治安田鶴崎北営業所



無料

どの体験も
**事前申込、
当日申込**可能です。

※定員がございますので
事前予約がおすすめです。

予約電話番号

097-551-1511

休館日

火曜日

営業時間

8:30-21:00

サイクルショップコダマ大洲アリーナ

