

参加
無料

さんぽく

第2回

スポーツフェス

みんなで楽しもう

2025.10.13

スポーツ
月 日

9:30-11:30

in 山北総合体育館

棒ヨガ体験

at 柔剣道場

10:00~11:00



初心者向けの棒を使ったヨガ体験ができます。お気軽にご参加ください。
動きやすい服装、タオル、飲み物、内履き、ヨガマット等ご持参ください。
※マットの無料貸出有

講師: AKEMI 先生
山形県鶴岡市の
ホットヨガスタジオ
VIVIYOGA COO
インストラクター



先着定員20名まで

スポーツブース

at アリーナ

9:30~11:20

● ホールインワン
チャレンジ

● スピードガン
コンテスト

● フライング
ディスク

● ユーンホール
ゲーム

● 未就学児向け
運動ひろば

● 障害物走(2F走路)

● 紙飛行機とばし

11:20~11:30

紙飛行機の飛距離を競います！1位には豪華景品！

全部遊んで
景品をGET
しよう！



クラフトコーナー

at アリーナ

- プラバンづくり
- 自由おえかき
- 紙飛行機づくり

飲食コーナー 無料

at ロビー

- かき氷
- ポップコーン



● 食推ブース

10:00~11:30

村上市食生活改善推進委員の方にご協力いただき、野菜を使ったおやつのできるまいがあります。

トレーニングルーム
無料開放(9:30~11:30)

スポーツフェスティバル開催中は、館内のトレーニングルームを無料でご利用いただけます！ぜひご利用ください！

at アリーナ

インボディ
血管年齢
計測

対象
18歳以上

協力：住友生命保険相互会社



主催：NPO法人悠遊さんぽくスポーツクラブ