

5月31日（水）決戦の日 ～ 今年の相手は 大分県杵築市きつき ～



チャレンジデー2017 in なんと

チャレンジデーは人口規模が同等の自治体同士が1日（0時～21時まで）の運動参加率を競うイベントです
当日の参加費は全て無料です！ 運動習慣のない方、大歓迎♪ 一緒に地域を盛り上げましょう！

福光地域メイン会場（福光体育館周辺）スケジュール ※太枠部は、どなたでも自由に参加できます

時間	名称 又は 種目名	対象
10:00 ～ 11:30	福光老人クラブ連合会 会長杯 カローリング大会	福光老人クラブ連合会
13:30 ～ 15:30	ビーチボール交流会	どなたでも（裏面参照）
14:00 ～ 15:30	ラージボール教室	教室受講生
16:20 ～ 17:50	トランポリン教室	教室受講生
18:20 ～ 19:50	[チャレンジ広場] スラックライン（綱渡り）、トランポリン など	どなたでも（裏面参照）
19:00 ～ 19:50	ピラティス教室	教室受講生
19:30 ～ 20:45	元世界ハーフマラソン日本代表 西村 哲生さんと「ナイト🌙RUN」に挑戦！	どなたでも（裏面参照）
19:30 ～ 21:00	柔道	福光柔道スポーツ少年団
19:30 ～ 20:40	[全国共通イベント] ビッグロープ JUMP！大会（大縄跳び）	どなたでも（裏面参照） ※1チーム10名以上の団体
19:30 ～ 21:00	空手道	サークル団体 空手道福光拳正館
20:10 ～ 21:00	[ファイナルイベント] エアロビクス、ほっとあとなんと体操	どなたでも（裏面参照）

《問合せ先》 チャレンジデーin なんと福光地域実行委員会
NPO法人福光スポーツクラブ 52-2831

福光地域メイン会場(福光体育館周辺)の楽しみ方

① 施設利用 9:00～21:00

当日、福光体育館は全館終日**無料**です！
充実したトレーニング室や卓球室などが
自由に利用できます。



② カローリング大会 10:00～11:30

チャレンジデーに合わせ福光老人クラブ連合会
会長杯 カローリング大会が開催されます。



③ ビーチボール交流会 13:30～15:30

サークル団体「つくばね」「来夢」さんの
協力の下、ビーチボール交流会を楽しみます。



④ チャレンジ広場に挑戦 18:20～19:50

集中力やバランス力が向上するトランポリンや
スラックライン(綱渡り)などに挑戦します。



⑤ ナイトRUN 19:30～20:45

元世界ハーフマラソン日本代表の
福光地域出身の「西村哲生」さんと
ナイト🌙RUN (5km) に挑戦！



⑥ 大縄跳びに挑戦 福光中学校体育館 19:30～20:40

回し手を含み**10名以上**で大縄跳びに挑戦します。
跳んだ人数×回数の合計点を競います。
ご希望の方は前日までご連絡下さい。



⑦ ファイナルイベントを楽しむ 福光体育館 20:10～21:00

シェイプアップ教室の村上先生と一緒に「**エアロビクス**」と「**ほっとあっとなんと体操**」に挑戦！
最後のカウントダウンまで、みんなで盛り上がりましょう！

