

参考写真

タイムスケジュール



YouTube より
ご覧いただけます。

9:00	受付開始			
9:25	開 会			
9:40	準備体操			
9:50	レク開始			
		[アリーナ]	[軽スポ]	[総合運動広場]
	①	9:50~10:15 (25分)		ランニング講座① 9:50~10:50 【小学生の部】
		移動休憩 (10分)		
	②	10:25~10:50 (25分)		ランニング講座② 11:00~12:00 【中学生以上の部】
		移動休憩 (10分)		
	③	11:00~11:25 (25分)		ランニング講座② 11:00~12:00 【中学生以上の部】
		移動休憩 (10分)		
	④	11:35~12:00 (25分)		
12:15	閉 会			

「トレーニングルーム」
無料開放

令和6年度市民レクリエーションフェス 申込書

申 込 日	令和 年 月 日	会 員 ・ 非会員	
お 名 前	ふりがな ()	男・女	幼・小・中・高 () 年 一般
対 象 区 分	<input type="checkbox"/> 会員・家族 <input type="checkbox"/> 上山市民 <input type="checkbox"/> 市在勤者		
住 所	〒 -		
電 話 番 号	(自宅・携帯)		
参 加 希 望	アリーナコーナー		フィットネスコーナー
	<input type="checkbox"/> エアトラ () <input type="checkbox"/> カローリング () <input type="checkbox"/> ミニバスケ () <input type="checkbox"/> シャフルボード () <input type="checkbox"/> フットゴルフ () <input type="checkbox"/> モルック () <input type="checkbox"/> トランポリン ()	<input type="checkbox"/> トランポピクス () <input type="checkbox"/> バランスボール () <input type="checkbox"/> ボクシング ()	
	<input type="checkbox"/> 小学生の部 <input type="checkbox"/> 中学生以上の部	※タイムスケジュール内で何種目でも選択可能です。 ※申込状況によりご希望に添えない場合があります。 先着順を優先しますので、予めご了承下さい。	
事務局使用欄			