

2025年5月17日(土)

10:00~15:00

西区体育館

(西区発寒5条8丁目)

駐車場は大変混み合いますので、公共交通機関をご利用ください。

上靴を
もってきてね



- スポーツ体験種目
- ・フロアカーリング
- ・ストラックアウト
- ・キックターゲット
- ・ディスクターゲット
- ・バスケットシュート

参加
無料

体力測定 &

スポーツ体験DAY

ご参加された方には参加賞プレゼント!
(なくなり次第終了)

運動会
前の

同時開催①

かけっこ教室

■ 事前申込制 ■

※西区HPの申込フォームより
5月7日(水)までに
お申し込みください。
応募多数時は抽選となります。



【HP】

時 間 午前の部 10:30~11:15
 午後の部 13:00~13:45

定 員 各回30名

場 所 西区体育館(競技室)

費 用 無 料

対 象 小学生(1~6年生)
(西区内に居住または西区内の小学校に通学している児童)

講師プロフィール



かわしま けいた
川島 慶太さん
専門400mハードル52秒73
北海道学生選手権2004・2005連覇

同時開催②

親子で参加♪ フィットネス教室 無 料 体 験

■ 当日参加(出入自由) ■

時 間

①「FUN!ボクサ」 11:20~11:50(30分間)

②「ストレッチヨガ」 12:00~12:40(40分間)

③「FUN!ボクサ」 13:00~13:30(30分間)

場 所 西区体育館(体育室)

費 用 無 料

対 象 どなたでも参加可

講師プロフィール



おおたか ちさこ
大高 千咲子さん
北海道全員健康株式会社 代表取締役
健康経営アドバイザー
北海道ヘルスケア協議会会員

問い合わせ先:西区地域振興課(011-641-6926)