



令和6年
3/25(月)

すべて無料で 体験出来ます！

(一部材料費等が必要なイベントもございます)

会場別体験イベント (開催 30 分前に各会場の受付にご来場ください) ③と⑬は事前申込が必要です	
第 1 競技場	① 18:30~20:30 サッカーひろば (時間内でブラインドサッカー体験会も予定しています)
第 2 競技場	② 10:30~12:30 お口の健康守ろう！オーラルフレイルを知って「かむ力」「べろの力」測定体験会
	③ 13:30~15:00 「いこまい講座 (運動療法)」港区 65 才以上の方 定員 30 名 <small>トレーニングウェア・室内運動靴をご用意ください。</small> 3/15 までに要予約 予約先；港保健センター保健予防課 感染症対策等担当 TEL651-6537
	④ 16:00~18:00 いろいろスポーツ体験ひろば (種目は当日お楽しみに！用具貸出あり)
	⑤ 16:30~17:00 バウンドテニス体験会 (同好会による指導・デモンストレーションあります)
軽運動室	⑥ 17:00~17:30 カロリーリング体験会 (同好会による指導・デモンストレーションあります)
	⑦ 9:15~10:15 ザ・スロー・リンバドレナージュレッスンタイム体験
	⑧ 10:30~11:30 スローエアロビックレッスンタイム体験
	⑨ 12:00~14:30 ; 16:30~19:30 卓球 6 台無料開放 (ラケット・ボール貸出あり)
	⑩ 15:00~16:00 TANO 体験会 (映像でいろんな運動プログラム体験！楽しんでみよう)
トレーニング室	⑪ 20:00~20:40 ボクシングスタイルアップエクササイズ体験
	 無料開放 (9:30~21:30 まで) <small>対象：中学生以上 トレーニングウェア・室内運動靴をご用意ください。</small>
	⑫ 11:00~11:30 ; 19:00~19:30 インボディ測定会 (2ヶ体内脂肪測定器)
弓道練習場	⑬ 14:15~14:45 簡単「みんなの体操」ショットプログラム体験会 (当日先着 10 名)
	 無料開放 (12:00~21:00 まで) <small>無料開放の対象：中学生以上、弓道経験者のみ</small>
1 F ロビー	⑭ 13:00~14:30 初心者弓道体験会 対象：中学生以上 動きやすい服装 (前ボタン不可)・靴下 or 足袋着用。 <small>雨天・荒天中止 当日先着 20 名</small>
	⑮ 10:00~11:30 己書体験会 (材料費：100 円)・展示作品もぜひご覧ください！
	⑯ 10:00~10:10、10:30~10:40 金鯨しいたけチョッキン収穫体験 (各時間 6 組限定) (2 人 1 組申込・1000 円/組) 各自、キッチン用はさみとお持ち帰り袋をご用意ください。
	3/13 までに要予約 予約先 稲永スポーツセンター；TEL384-0300 FAX384-0303
	⑰ 11:40~12:10 フラダンスショー
	⑱ 12:20~12:50 太極拳演舞ショー
⑲ 11:00~13:00 金城ワンコイン特製弁当 (500 円) 当日 10 時半までに要予約 (限定 20 食) 3/20 までは大口予約も受付可(直接レストラン金城へ)。ほかにサンドイッチ(550円)などあります。ご相談ください。	
⑳ 9:00~20:00 稲永スポーツセンターでフードドライブに参加しよう！	

- 【協力施設・団体・個人】
- ☎ 南陽プール
 - ☎ 港生涯学習センター
 - ☎ 港保健センター
 - ☎ 名古屋市弓道協会港支部
 - ☎ 社会福祉法人すぎな作業所えがお
 - ☎ 杉山歯科
 - ☎ 藤前干潟クリーン大作戦実行委員会
 - ☎ 稲永ビジターセンター
 - ☎ 環境省名古屋自然保護官事務所
 - ☎ 名古屋市野鳥観察館
 - ☎ 己書なごやが倶楽部 小出万里さん(講師)
 - ☎ 愛知県エアロビック連盟 代表 横井 純子さん (インストラクター)
 - ☎ 岡本 芳美さん (インストラクター)
 - ☎ Noriko さん(インストラクター)
 - ☎ Halau Hula 'O ka Lei Nani(フラダンス)
 - ☎ カロリーリング同好会
 - ☎ 太極拳同好会
 - ☎ 稲永バウンドテニスクラブ
 - ☎ 金鯨しいたけ体験農園 レイアファーム

【お問合せ先】
名古屋市稲永スポーツセンター



〒456-0845 名古屋市港区野跡五丁目 1 番 10 号
電話 052-384-0300 FAX052-384-0303
https://www.nespa.or.jp/facility/inae_sof/
【指定管理者】
(公財)名古屋市教育スポーツ協会
<http://www.nespa.or.jp/>



イベント日時などの予定は変更になることがあります。ご了承ください。

このほか、展示、施設紹介パネル及び金鯨しいたけ販売・うどん販売などを行う予定です。
ぜひご家族・お友達お誘い合わせのうえ、無料体験イベントをお楽しみください！稲永スポーツセンターへのご来館を心よりお待ちしております。