

2023年8月14日

(月曜日)

第1回!

天スポ祭り



事前
申込
定員25名!

元Vリーガーによるバレーボール教室を行います!!



ミライプロジェクト
MIRAI PROJECT



■高松卓矢(たかまつたくや)
元 豊田合成トレフェルサ→ウルフドッグス名古屋
→大分三好ヴァイセアドラー→ウルフドッグス名古屋
・大分県別府出身
・日本体育大学卒業
・元日本代表
春の高校バレー3位 2005年
天皇杯優勝 2015年
Vプレミアリーグ優勝 2016年
天皇杯準優勝 2016/2017年
Vプレミアリーグ準優勝 2017/2018年



■櫻井由香(さくらいゆか)
元 デンソーエアリービーズ
・岐阜県海津市出身
・養老女子商業高校卒業
・元日本代表
グランドチャンピオンズカップ銅メダル 2001年
V・プレミアリーグ準優勝 2007年
北京オリンピック出場 2008年



■内山 正平(うちやまじょうへい)
元 豊田合成トレフェルサ→ウルフドッグス名古屋
・神奈川県横浜市出身
・国際武道大学卒業
・元日本代表
天皇杯優勝 2015年
天皇杯準優勝 2016・17年
Vリーグ優勝 2015/16シーズン
Vリーグ準優勝 2016/17、2017/18シーズン

小・中学生 バレーボール教室!!

開催時間/13:30~15:30
開催場所/第1競技場
対 象/小・中学生(未経験者でもOK!)
定 員/25名
※8月5日(土)10:00より事前申し込み開始。
申込方法:天白スポーツセンターホームページ
【イベント】からお申し込みください。
定員になり次第、締切とさせていただきます。

バウンドテニス体験会

開催時間/9:20~12:00
開催場所/第1競技場
対 象/4歳~高齢者まで
※室内シューズをお持ちください

インボディ(体成分分析)測定会

開催時間/13:00~16:00
開催場所/軽運動室
対 象/16歳以上
※室内シューズをお持ちください

レッツ!
チャレンジ!

親子DEチャレンジパーク

開催時間/13:00~16:00
開催場所/第2競技場
対 象/4歳~一般



- ・ふわふわトランポリンやスラックラインで遊ぼう
- ・空き缶積み上げチャレンジ!
- ・お菓子つかみどりチャレンジ!







♥12:00~16:00のどこかでバルーン練り歩きパフォーマーPepE(ペペ)さんが
来てくれます! お祭りに参加してかわいいバルーンをもらっちゃおう!!



第1回天白スポーツセンター祭り

8月14日 月曜日

	第1競技場	第2競技場	軽運動室
9:30	バウンドテニス体験会 ～バウンドテニスを体験してみよう～ 9:20～12:00 	1 DAY無料教室 やさしいヨガ 9:30～10:30 (定員: 60名)	
10:00		1 DAY無料教室 エンジョイエアロ75 10:45～12:00 (定員: 60名)	
10:30			準備
11:00		準備	
11:30	8/5(土)10:00から HPにて事前申込開始!! 小・中学生バレーボール教室 ～元Vリーガーによるバレー ボール教室開催!!～ 13:30～15:30 (定員: 25名) 	親子DEチャレンジパーク 13:00～16:00 ・ふわふわトランポリンで遊ぼう ・スラックラインに挑戦しよう ・空き缶積み上げチャレンジ ・お菓子つかみどりチャレンジ	インボディ測定会 (体成分分析) 13:00～16:00 
12:00			
12:30			
13:00			
13:30	準備	準備	準備
14:00	準備	準備	準備
14:30	準備	準備	準備
15:00	準備	準備	準備
15:30	準備	準備	準備
16:00	準備	準備	準備

※持ち物: 運動に適した服装、室内用シューズ、水分補給用飲み物、タオル等

1 DAY無料教室 対象/一般 (中学生以上)

事前申込不要。直接、開催場所へお越しください。

◆ **やさしいヨガ** 開催時間/9:30～10:30 開催場所/第2競技場 定員/60名
呼吸を意識しながらゆっくりポーズをとることで自律神経と心身のバランスを整えます。

◆ **エンジョイエアロ75** 開催時間/10:45～12:00 開催場所/第2競技場 定員/60名
エアロビクスの基本の動きを組み合わせ楽しく体を動かしていきます。後半は筋コンディショニングで体幹トレーニングし、ストレッチで体を整えていきます。

◆ **椅子ヨガ** 開催時間/11:00～11:45 開催場所/軽運動室 定員/30名
通常のヨガに比べて、椅子を用いることで、身体が硬い方や体力が不安な方も安心してヨガを行うことができます。膝を痛めている方でもご参加いただけます。

お問合せ: 名古屋市天白スポーツセンター

〒468-0051名古屋市天白区植田3-1502 TEL:052-806-0551

指定管理者: TAC・テルウェル共同事業体