

# 第27回リフレッシュフェスティバル

## 10月13日(日)、14日(月・祝)

東松島市体育協会 & Good すぽーつ東松島ジョイント事業

大曲地区体育館参加者限定

**参加無料**

**大抽選会**

電話で申し込みを受付します。※当日参加も大歓迎。イベントによっては定員あり。

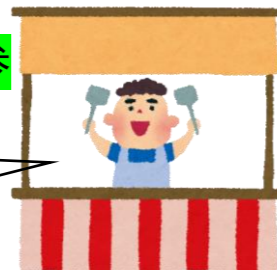
10/14(月・祝) 14:30~

会場	日時	イベント	内容	対象	予約	
鷹来の森運動公園	13日(日)	10時~12時	東松島クロスカントリー大会事前企画『ランニングクリニック』	クロカンにむけて、東北福祉大学陸上競技部 冠木雅守監督、小池彩加選手(3000m障害 日本グランプリ2位)よりフォームの見直しなどのご指導が受けられます。(定員30名)	小学生以上	要
		10時~12時	親子みんなで楽しもうタグラグビー	腰に付けたタグ(ひも状)を奪われないようにしながら、パスをつなぎゴールをめざす競技です。【屋内運動場B棟】	小学生(親子可)	要
		10時~11時30分	躰道体験教室	回転したり体を変化させながら技を行う武道。演武の見学や技の体験ができます。	小学生	不要
矢本運動公園 武道館						
大曲地区体育館	14日(月・祝)	9時~11時	出張きつず広場	毎週金曜日市民体育館で人気のきつず広場。トンネルなど楽しめる遊具が出張しちやいます。	未就学児	不要
		9時~11時	かずみ&かなぷうスペシャルコラボレッスン 東松島インドday ♪鍛えて踊って大騒ぎ	ヨガと筋トレで身体を温めてから、インド北部の伝統的な踊りをベースにした運動で楽しくしっかり汗をかこう。(ヨガマット持参。貸出有)		要
		11時~12時	やるリンピック オリンピック・パラリンピック競技を体験してみよう	・ボッチャ、ブラインドサッカー、バドミントン、オリパラワークショップ ・幼児向けアトラクション	4~12歳(親子可)	要
		12時~13時30分	ミニクロカン! フィールドクロス	障害物を使ったミニミニレース。		要
		12時~14時30分	ボールトライアスロン	ストラックアウト(野球・サッカー)、スピードガン球速測定 フリースロー(バスケットボール)	小学生(親子可)	要
		13時30分~14時30分	ワールドカップ(いろいろバレー)	風船バレー(座位も可)、ヘルスバレー(だえん円形の球)など、どなたでも気軽に参加できます。		要
		9時~11時	水風船投げ飛ばし大会	水風船を思いっきり遠くまで投げて飛距離を測ってみよう。(雨天中止)		要
駐車場						

■持ち物 飲み物、タオル

※大曲地区体育館は上靴持参

クレープ、たこ焼き  
タピオカドリンク  
など出店もあるよ。



施設無料開放 13日(日) 14日(月・祝) 9時~17時

赤井地区体育館 1回2時間  
矢本運動公園テニスコート 1回1時間(雨天中止)  
※中学生のみで利用の場合は16時30分まで。

■問・申し込み 平日 9時~17時

NPO法人東松島市体育協会  
(市民体育館2階)

TEL:82-9030 FAX:82-1170