

第28回リフレッシュフェスティバル

10月10日(土)・11日(日)




東松島市体育協会事業

東松島市スポーツ健康都市宣言！市民のみなさん、スポーツをして健康になりましょう

♪お願い♪

- マスクを持参して頂き、スポーツをしていない時は着用して下さい。
- 新型コロナウイルス感染拡大の影響により、中止となる場合がありますので予めご了承下さい。

10月10日(土)

場所	時間	内容
鷹来の森運動公園 市民広場	9時30分～11時	 パークヨガ ↑雨天中止↑
市民体育館	9時～13時	無料開放 ※開放時間は1回2時間
矢本運動公園 テニスコート	9時～17時	無料開放 ※開放時間は1回1時間 ↑雨天中止↑ 
赤井地区体育館	9時～17時	無料開放 ※開放時間は1回2時間
矢本海浜緑地 パークゴルフ場	8時15分～	 第9回東松島市長杯地域交流パークゴルフ大会

10月11日(日)

場所	時間	内容
鷹来の森運動公園 A・D球場	8時30分～	 第15回東松島市長杯争奪男子ソフトボール大会
鷹来の森運動公園 B・C球場	9時～	 第49回若鷹旗争奪少年野球大会 
鷹来の森運動公園 多目的E・F	9時～13時	 第15回東松島市グラウンドゴルフ大会 第15回東松島市ベタンク大会 
鷹来の森運動公園 屋内運動場B棟1	10時～12時	 親子みんなで楽しもうタグラグビー
市民体育館	9時～17時	第12回東松島市民卓球大会 
矢本運動公園 テニスコート	9時～17時	無料開放 ※開放時間は1回1時間 ↑雨天中止↑ 
赤井地区体育館	9時～17時	無料開放 ※開放時間は1回2時間
大曲地区体育館 屋内	9時～11時	なりきり運動会 
大曲地区体育館 屋外	9時30分～11時	 みんなで歩こう！ポールウォーキング ↑雨天中止↑
小野地区体育館	9時30分～	東松島市剣道連盟昇級審査会 

☆☆☆ イベント情報 ☆☆☆

市民対象



パークヨガ

青空の下いつもと違った空気を感じ自然の中で
行うヨガ。気持ち良く体をほぐしましょう！

日時：10月10日（土） 9時30分～11時

場所：鷹来の森運動公園 市民広場

対象者：一般の方（20名）

☆初心者・未経験者歓迎☆

持ち物：マスク タオル 飲み物

ヨガマット（貸出あり）

講師：坂本佳那先生

親子みんなで楽しもう タグラグビー

腰につけたタグと呼ばれる
ひもを奪われないようにしながら
パスを繋ぎゴール（トライ）を
目指す競技です。

日時：10月11日（日）

10時～12時

場所：鷹来の森運動公園
屋内運動場B棟

対象者：小学生 親子も可

持ち物：マスク タオル
飲み物



みんなで歩こう！ ポールウォーキング

ポールを使い正しい歩き方を身につけ
理想的な歩行姿勢を保ちましょう！

日時：10月11日（日）

9時30分～11時

場所：大曲地区体育館 屋外

対象者：ジュニア～シニア

（30名程度）

連絡先：Good すぽーつ東松島

080-9331-5050



なりきり運動会

楽しみながら身体を動かすことを目的としたソーシャルディスタンス
運動会です。テーマ『忍者！』飛んだり 跳ねたり 走ったり忍者気分
でスポーツを楽しもう😊参加してくれた子供達へプレゼント🎁もあり
ます。

日時：10月11日（日） 9時～11時

場所：大曲地区体育館

対象者：4歳～12歳 親子で参加可（30名程度）

持ち物：上靴 タオル 飲み物



事前受付必須！

—電話受付— 〆切10月9日（金）

新型コロナウイルス感染症対応として以下のことをお聞きします。

①氏名 ②保護者名 ③学校名と学年 ④性別 ⑤連絡先

NPO 法人東松島市体育協会（市民体育館 2階） ☎82-9030

平日9時～17時