



参加費無料!  
楽しくゆる〜く  
運動しませんか♪

第1部：佐渡市スポーツ推進委員協議会主催事業  
第2部：金井体育協会・金井地区公民館主催事業  
(地域コミュニティ事業)

講師：金井地区スポーツ推進委員

# かない★レク・フェス

## 第1回

日程：11月18日(土)

(全2回)

会場：金井コミュニティセンター ホール

※1回のみ参加でも大丈夫!

### 第1部 にこにこ元気塾

(65歳以上対象の健康づくり運動教室)

時間：9:30～10:30

内容：健康体操、ボッチャ (パリンピック種目)

### 第2部 レクリエーション運動体験会

(保育園年中～一般対象のレクリエーションゲーム体験)

時間：10:40～11:40

内容：カローリング (体育館で行うカリング)



## 第2回

日程：11月26日(日)

会場：妙見荘 ホール (金井温泉隣の建物)

### 第1部 にこにこ元気塾

(65歳以上対象の健康づくり運動教室)

時間：9:30～10:30

内容：健康体操、ボッチャレク

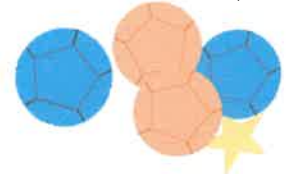
### 第2部 レクリエーション運動体験会

(保育園年中～一般対象のレクリエーションゲーム体験)

時間：10:40～11:40

内容：モルック (楽しい倒しレクリエーションゲーム)

ボッチャ



各回2部は  
参加賞あり!



★ 第1部参加者が続けて第2部に参加したり、第2部参加者が第1部から参加しても大丈夫です!

★ 申込方法は裏面にあります♪

## お申込み方法

スマートフォンで二次元コードを読み取り、専用申込みフォームより

お申込みいただくか、お電話でお申込みください。

(連絡先:63-4151)

入力はとっても  
かんたん★



申込専用二次元コード

お電話でお申込みの場合、住所、年齢、参加する回

(第1回に参加・第2回に参加・両方の回に参加)、

参加する部(第1部に参加・第2部に参加・両方の部に参加)、電話番号をお知らせ

ください。

●申込み期限 11月10日(金)まで

※保育園児、小学3年生以下が参加する場合は保護者が一緒に参加してください。

※定員は各部30名です。

## 持ち物

水分補給用ドリンク、タオルを持参の上、動きやすい格好でお越しください。

(上履き不要です。)

## お問い合わせ先

佐渡市教育委員会社会教育課東教育事務所金井地区教育係  
(金井地区公民館)

佐渡市千種240(金井コミュニティセンター内)

TEL:63-4151 FAX:63-5070

MAIL:kk-kyoi@city.sado.niigata.jp