

生き生き健康DAY 開催!!

立命館大学スポーツ健康科学部「海老研究室」
院生による食と健康の講座。
あなたの食事は健康的?それとも?

食と健康 (教室)

あなたの健康年齢は??

健康測定 (教室)

参加型!
ダンスパフォーマンス
(中庭)

カッコいいダンスを間近で見れる
チャンス!!さらにみんなで作ってみよう!!

体力測定
(体育館)

筋力、柔軟性バランス感覚。
あなたの体年齢は??

ダブルダッチに挑戦
(体育館)

おおなわを2本使うダブルダッチ。お兄さんお姉さんに教えてもらおう!
できたら友達に自慢しよう!!

棒サッカー体験
(体育館)

座ってできる新感覚サッカー!!
子どもから大人、おじいちゃんおばあちゃんまで一緒に白熱する戦い!!

熱中症予防のため、水分補給は各自でお願いします!!

やまだ

健康 & スポーツフェスタ

2017

グラウンドゴルフ
(グラウンド)

グラウンドゴルフの楽しさを
実感しよう!!!

知ってる?
こんな鬼ごっこ
(グラウンド)

こおり鬼、いろ鬼、ドロケイ...鬼ごっこはそれだけじゃない!! いろいろやってみよう!!

やまだオリンピック
(グラウンド)

みんなの記録とこまで伸びるか
な??種目別で一位を目指せ!!

(開催日時)

2017. 9. 9(土)

9:00~12:15(予定)

(開催場所)

山田小学校

(対象)

山田学区すべての方

※雨天決行(規模縮小)

※動きやすい服装で来てください。

時間	運動場	体育館	教室	中庭				
9:00	開会式 準備運動							
9:30	やまだ オリンピック		食と健康講座	参加型 ダンス				
10:00								
10:30		グラウンドゴルフ			知ってる? こんな鬼ごっこ	体力測定	棒サッカー体験	健康測定
11:00								
11:30								
12:00	整理体操 閉会式							
12:15		解散						