

2023.2/24(金)・25(土)・26(日)

高松市総合型地域スポーツクラブ交流会

みんなで気軽にスポーツを楽しもう♪

参加者大募集!!

事前申込(先着順)が必要です。
参加費は当日受付にてお支払いください。

パークゴルフ 2/25(土)

参加費 500円

体験会 9:00~12:00

対象者 小学5年生以上

定員 40人

場所 香西西地区港湾緑地
パークゴルフ場

※道具の貸し出しは別途500円必要

クラブ1本とボール1個、それに
ティーがあれば誰にでもプレーが
でき、芝生で気軽に楽しめる
スポーツです。



サッカー 2/25(土)

①岩本輝雄さんのサッカー教室

10:00~11:30 参加費 1,000円

②体験会 10:00~12:00

③交流会 13:00~16:00

②③参加費 500円

対象者 ①小学校高学年

②③6才以上

定員 ①30人

②③70人

場所 香西西地区港湾緑地
多目的広場

※小雨決行

元サッカー日本代表
岩本輝雄さん



ティーボール 2/25(土)

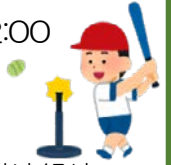
参加費 500円

交流会 10:00~12:00

対象者 小学生

定員 30人

場所 香西西地区港湾緑地
多目的広場



バッティングティと呼ばれる細長い台にボ
ールを置き、止まっているボールをバット
で打って遊ぶスポーツです。

ミニテニス 2/26(日)

①教室 9:30~11:30

対象者 小学4年生以上

参加費 200円

定員 30人

②交流会 13:00~16:00

対象者 経験者(教室参加者でも可)

参加費 300円

定員 40人

場所 香南中学校体育館

直径14cmの大きさのビニールボールをサー
ブもラリーもワンバウンドでテニスラケットの
小型版で打合うスポーツです。



ソフトテニス 2/25(土)

参加費 500円

体験会・交流会 9:00~11:45

指導者 ミズノアドバイザースタッフ

横井恵美子さん他スポーツコーチ

対象者 小学生(初心者大歓迎!)

定員 60人 ラケット貸出あり

場所 国分寺橋ノ丘総合運動公園

テニスコート

雨天時:ゲートボール場

ソフトテニスは柔らかいゴム製のボールを使う
ため、ケガが少なく生涯スポーツに最適な競
技で老若男女問わず楽しめます。



セミナー 2/24(金)

「生活習慣病予防について」(高松市健康づくり推進課)

9:30~10:15 参加費 無料

対象者 65才以上

「Inbody&鍼灸体験」(ロコモKO)

「スマホに触れよう&携帯何でも相談会」

(ドコモショップ) 10:15~13:30

参加費 無料 対象者 どなたでも



セミナー 2/25(土)

「アクティブシニアの体調管理・栄養について」

(大塚製薬) 9:30~10:30 参加費 100円

対象者 60才以上

「ウン知育教室」排便のお話(香川ヤクルト)

10:45~11:45

参加費 100円 対象者 60才以上



「膝・腰に優しいトレーニングシューズを試してみませんか?」

11:45~13:15・14:30~16:00 (ヨネックス)

参加費 無料 対象者 どなたでも



「フットスピーク」足のお話

講師 松山哲也さん(フットケアトレーナー)

13:30~14:30 参加費 100円 対象者 60才以上

場所 香西西地区港湾緑地会議室

・各種目、各時間ともに事前申込(先着順)が必要です。・受付は、各会場開始時間の30分前から行います。

・駐車場は、2/24(金)・25(土)各施設駐車場、2/26(日)香南中学校体育館南側駐車場をご利用ください。

ただし駐車台数に限りがございますので、できるだけ乗り合わせてお越しください。

お申し込みは1/16(月)から2/15(水)までにお電話で高松市総合体育館へ
定員になりしだい締め切ります。

☎087-822-0211

主催 高松市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会 公益財団法人高松市スポーツ協会

主管 高松市総合型地域スポーツクラブ交流会実行委員会

(ウェルネスファミ カマタマーレススポーツクラブ 香南ししまるスポーツクラブ 西高松スポーツクラブ)

後援 高松市 香川県広域スポーツセンター



詳細はこちらまで