

# 令和4年度 Do!スポーツデイ プログラム (2022年5月26日更新)

時間	大競技場			剣道場	柔道場	弓道場	プール	ロビー <small>(撮影コーナー)</small>
	南	メイン	北					
10:00	開会あいさつ・ガンバルンバ体操							
10:05	弓道演武						アクアビクス・ 水慣れ体験 ※1	しろまるひめ・ かんべえくん
10:10	弓道演武							
10:15	弓道演武							
10:20	弓道演武							
10:25	弓道演武							
10:30	車いすバスケット				皿回し・けん玉・魚釣り体験	弓道体験		
10:35								
10:40		なぎなた演武						
10:45		なぎなた演武						
10:50		なぎなた演武						
10:55		なぎなた演武						
11:00		杖道・居合道演武						
11:05		杖道・居合道演武	なぎなた、杖道・居合道体験					
11:10		杖道・居合道演武	なぎなた、杖道・居合道体験					
11:15		杖道・居合道演武	なぎなた、杖道・居合道体験					
11:20	親子体操体験							
11:25	親子体操体験							
11:30	親子体操体験							
11:35	親子体操体験							
11:40	親子体操体験							
11:45	親子体操体験							
11:50	親子体操体験							
11:55	親子体操体験							
12:00								
12:05				太極拳フェスティバル※3				
12:10								
12:15								
12:20								
12:25								
12:30								
12:35								
12:40								
12:45								
12:50								
12:55								
13:00	フロアホッケー							
13:05								
13:10								
13:15								
13:20								
13:25								
13:30								
13:35								
13:40								
13:45								
13:50								
13:55								
14:00								
14:05								
14:10								
14:15								
14:20								
14:25								
14:30								
14:35								
14:40								
14:45								
14:50								
14:55								
15:00								
15:05								
15:10								
15:15								
15:20								
15:25								
15:30	新体操演技							
15:35	新体操演技							
15:40	新体操演技							
15:45	抽選会							
15:50	抽選会							
15:55	抽選会							
16:00	抽選会							

※プログラムは変更になる場合があります

- ※1 アクアビクスは対象者：成人男女（18才以上） 先着：30名  
水慣れ体験は対象年齢：3才以上 先着：10名
- ※2 泳法アドバイスは対象者：成人男女（18才以上）先着：10名  
水慣れ体験は対象年齢：3才以上 先着：10名
- ※3 太極拳フェスティバルは一般の方は参加できません。
- ※4 温水プール第3レーンから第6レーンは個人利用（有料）としてご利用いただけます。