

TIME	ホール(事前応募)	第1研究室(当日参加)	第2研究室(当日参加)
10:00~10:10	開会式		
10:10~10:40	運動を好きになる教室		
10:50~11:20	テニピン(テニス)	モルック	ボッチャ
11:30~12:00	ウォーキングサッカー		
12:10~12:55	頭と体を使う教室		
13:10~13:40	運動を好きになる教室		
13:50~14:20	テニピン(テニス)	モルック	ボッチャ
14:30~15:00	ウォーキングサッカー		

小学生以下対象！

運動を好きになる教室 ※事前応募制(先着)

36の動き(基本動作)をもとに単純な動作を中心に、最後は様々な動きを交えた鬼ごっこなどを行います！運動の得意・不得意に関わらず、誰もが取り組めるプログラムです！

対象
年中～
小学6年生
各回20名



やさしいテニス！

テニピン ※事前応募制(先着)

手の平にはめたスポンジのラケットで、スポンジのボールを打ち合う簡単なテニス。ラケットスポーツ未経験でも、簡単にラリーができます！

対象
小学生以上
各回20名



新・歩くサッカー

ウォーキングサッカー ※事前応募制(先着)

「走らない」「ぶつからない」が特徴の歩いて行うサッカー。サッカーが苦手・未経験でも楽しめます！3世代で参加も！

対象
小学生以上
各回20名



大人向け！

頭と体を使う教室 ※事前応募制(先着)

運動しながら頭を使い、頭を使いながら運動しませんか！指示と逆の動きをしたり、ファジアーノ岡山のコーチたちと、楽しくエクササイズ！

対象
18歳以上
(高校生不可)
20名



人気急上昇中！

モルック ※当日参加

老若男女問わず、大人気！木の棒(モルック)を投げて、木のピン(スキットル)を倒して得点を争う、フィンランド発祥のモルックを体験！

対象
3歳以上

みんなが主役！

ボッチャ ※当日参加

年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず、全ての人と一緒に競い合えるスポーツ。目標球の白いボールに、赤・青のボールを投げたり転がすなどでいかに近づけるかを競います。

対象
3歳以上



エンブレムがついているスポーツの指導はファジアーノ岡山が行います。