

# 2023 えにわ健康・ スポーツフェスティバル

参加無料!

2023.9.30 sat ① 9:30-13:00

会場 花の拠点「はなふる」・漁川河川敷  
※雨天時:総合体育館

イベントに参加して、参加賞をもらおう!(数量限定)  
抽選で協賛各社からの賞品が当たります。

## カラダにやさしいヨガ

秋空の中で心身ともに  
リフレッシュしてみませんか。



講師

あゆみ 先生

## フィットネスエクササイズ

健康維持・増進のためと運動を意識して、  
運動不足も解消できます。



講師

ゆみ 先生

## スポーツレクリエーション



わなげ



グラウンドゴルフ



ターゲットゲーム

## ニュースポーツ体験



モルック



バグゴ

※カラダにやさしいヨガ、フィットネスエクササイズに参加される方は貸出のヨガマットに限りがございますので、ヨガマットをご持参ください。

## 同時開催 イベント

小学生から大人まで楽しめる!  
ノルディックウォーキング

事前  
申し込みが  
必要です

定員 20名 参加費 無料

開催時間 10:00~11:30

チアリーディング演技  
出演団体  
大麻高校チアリーディング部

開催時間 10:45~11:15



問合せ先

えにわ健康・スポーツフェスティバル実行委員会  
特定非営利活動法人恵庭市スポーツ協会事務局

① 0123-21-9900(平日のみ 9:00~17:00)

✉ info@eniwa-spo.com

主催 恵庭市・スポーツ協会・スポーツ推進委員協議会

●協賛各社 山崎製パン(株)札幌工場、(株)ロパン 恵庭工場、(株)久原本家北海道、(株)明治恵庭工場、  
(株)やまぐち食品、(株)アレフ、(株)まるは製麺所、(株)ほんま、恵庭農畜産物直売所 かのな、成田スポーツ、  
島田農園、ピストロサンカント、Cafe福座  
●協力 札幌国際大学、スポーツ少年団本部 ●後援 恵庭市教育委員会



# イベントスケジュール

会場	種目	時間	内容
1	カラダにやさしいヨガ	10:00~10:45	秋空の中で心身ともにリフレッシュしてみませんか。
	チアリーディング演技	10:45~11:15	チアリーディングとは「表現のスポーツ」です。北海道№1にも輝いた大麻高校チアリーディング部“VARIOUS”の皆さんの演技です。
	フィットネスエクササイズ	11:15~12:00	健康維持・増進のためと運動を意識して、運動不足も解消できます。生活にフィットする体力を高めるエクササイズです。

## スポーツレクリエーション

会場	種目	時間	内容
2	わなげ	10:00~12:00	的枠に向かって輪を投げ入れるゲームです。何個入れられるかな？
	グラウンドゴルフ		専用のクラブ、ボール、ボールポストを使い、どこでも、何人でも楽しめます。何打でボールポストにホールインできるかやってみよう！
	ターゲットゲーム		マジックテープ式のボールの当てゲームです。道具も柔らかく小さいお子さんでも体験できます。ハイスコア目指してチャレンジ！

## ニュースポーツ体験

会場	種目	時間	内容
3	モルック	10:00~12:00	フィンランドで開発されたスポーツでピンを倒し得点を競うゲームです。シンプルながら奥深いスポーツで、まだまだ流行中！
	バグゴ		6m先の傾斜ボードの穴にピンバッグを入れる簡単なゲームです。

## 市民駅伝競走大会 ※受付終了

会場	種目	スタート時間	内容
4	スポーツ少年団の部・小学生の部	9:30~	1チーム5人でタスキをつないでゴールを目指そう！ ・スポーツ少年団の部・小学生の部 1周 1.7km × 5人 ・一般の部 1周 3.3km × 5人
	一般の部	10:30~	

## 会場マップ



もっとお得にレッスンが受けられる！  
えにわ総合型スポーツクラブ **会員募集中！**



### 年会費

- 入会費 1,000円(登録時のみ)
- 65歳以上の方 3,000円/年
- 65歳未満の方 5,000円/年
- 市外の方 10,000円/年

入会方法など詳細はお問合せください

- ☎ 21-9900(平日 9:00~17:00)
- ✉ info@eniwa-spo.com