

イベントスケジュール

	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	
総合公園内のイベント	ウォーキングスタンプリアー/ウォーキング講習会	[講習] 10:00~30分間		[講習] 13:00~30分間			
	血圧・脈拍測定	開催中					
	ヘキサスロン	開催中					
	ハワイアンフラ	開催中					
	後ろ向き歩き	開催中					
	トランポリン・フラフープ	開催中					
	お箸を使ったトレーニング	開催中					
	昔遊び体験	開催中					
	花と緑のコーナー	開催中					
	芦屋ご当地グルメ	開催中					
	ほかほか焼き芋	開催中					
	カフェコーナー	開催中					
天然芝生	自由開放						
ミズノフットサルプラザのイベント	フットサル講習会	開催中					
	握力・柔軟度測定	開催中					
	グラウンドゴルフ	開催中					
	ハンドソープボール	開催中					
	公式ワナゲ	開催中					
	お腹を満たす「牛丼」ケータリング	開催中					

カラダを、動かす。

スポーツ

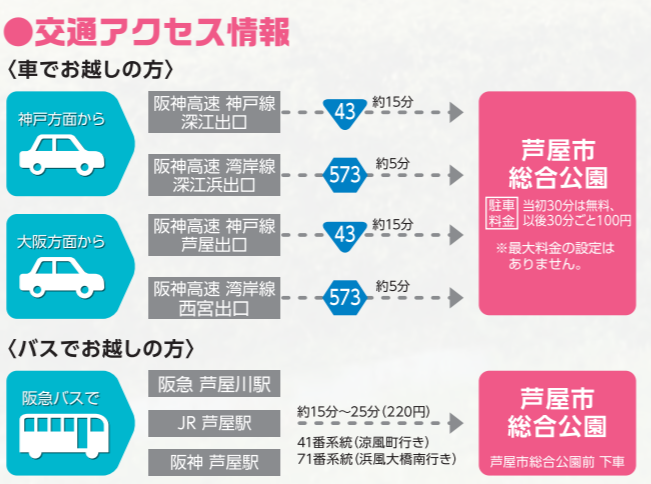
フェスタ

2017

in 潮芦屋

平成 29 年 3 月 19 日(日) 10:00~15:00
 芦屋市総合公園・ミズノフットサルプラザ 潮芦屋

お子さまから大人の方まで、幅広い年代の方が楽しめるイベントを開催いたします。
 このイベントを“キッカケ”に運動を習慣化し、健康なカラダを作りましょう！



主催：芦屋市、芦屋市教育委員会
 協賛：ミズノ株式会社、芦屋市体育協会、理研グリーン共同体
 協力：芦屋市商工会青年部、芦屋市商工会女性部、Wellina(ヴェリナ)、ちきゅうっ子応援隊、カフェ Relier(ルリエ)

〈お問い合わせ〉
 芦屋市総合公園管理事務所(受付時間 / AM9:00~PM5:00)
 芦屋市陽光町 1-1 TEL:0797-38-2103 FAX:0797-25-2026

〈ホームページ〉
<http://www.mizuno.jp/facility/hyogo/ashiyashisogokoen/>

芦屋市総合公園 ミズノ

ウォーキングスタンラリー / ウォーキング講習会 無料

ミズノ指導者による講習を聞きながら、一緒にウォーキングをしませんか？
 時間：10:00~15:00
 参加費：無料
 場所：総合公園内~ミズノフットサルプラザ潮芦屋
※詳細は右ページをご覧ください。

血圧・脈拍測定 無料

芦屋病院の看護師が測定します。ウォーキング前後にカラダの状態をチェックしてみませんか？
 時間：10:00~15:00
 参加費：無料
 場所：総合公園内のテントブース

ハワイアンフラ 無料

ゆったり、でもしっかりカラダを動かすフラダンスを体験してみませんか？
 時間：11:00~12:00、14:00~15:00の2回
 参加費：無料
 場所：総合公園内会議室

お箸を使ったトレーニング 無料

豆つかみゲームに挑戦！缶バッチも作れるよ。
 時間：10:00~12:00、13:00~15:00の2回
 参加費：無料
 場所：総合公園内のテントブース

芦屋ご当地グルメ

商工会青年部イチオシ。元気なカラダをつくるグルメです。
 時間：10:00~15:00
 場所：総合公園内のテントブース

ヘキサスロン 事前予約
3/10受付開始

走って、跳んで、投げて。スポーツを楽しもう！

スタッフがお子さま1人1人に合った運動の動きをサポートし、スポーツが楽しくなるようなプログラムです。

時間：10:00~12:00、13:00~15:00の2回
 参加費：1組 1,000円(税込)
 定員：親子20組
 場所：総合公園陸上競技場内芝生スペース



後ろ向き歩き 無料

普段使わない筋肉を刺激し、足腰を鍛えよう！
 時間：10:00~15:00
 参加費：無料
 場所：総合公園内陸上競技場トラック

トランポリン・フラフープ 無料

道具を使って思いっきり遊ぼう！
 時間：10:00~15:00
 参加費：無料
 場所：総合公園内芝生広場

昔遊び体験 無料

コマやタコをつくって、みんなで遊ぼう！
 時間：10:00~15:00
 参加費：無料
 場所：総合公園内のテントブース

花と緑のコーナー 無料

「PMOあしや」は公園で花壇のお世話をしている市民団体です。花の好きなメンバーを募集しています。
 時間：10:00~15:00
 参加費：無料
 場所：総合公園内のテントブース

ほかほか焼き芋

商工会女性部がつくるホカホカの焼き芋で、こころもカラダも温まります！
 時間：10:00~15:00
 場所：総合公園内管理事務所周辺

カフェコーナー

現役の関学生が経営する、スペシャルコーヒー専門店によるこだわりの一杯をぜひお楽しみください！
 時間：10:00~15:00
 場所：総合公園内管理事務所周辺

フットサル講習会 事前予約
3/10受付開始

5人制のサッカーで楽しくカラダを動かそう！

フットサルやサッカーをしたことが無いお子さまでも楽しめるように、スタッフがイチからサポートし、ボールを蹴ることが楽しくなるようなプログラムです。
 時間：10:00~12:00、13:00~15:00の2回
 参加費：1組 1,000円(税込)
 定員：親子20組
 場所：ミズノフットサルプラザ潮芦屋フットサルコート



お腹を満たす「牛丼」ケータリング

松屋のあの味が、潮芦屋で味わえます！
 時間：10:00~15:00
 場所：ミズノフットサルプラザ潮芦屋テニス屋外コート

握力・柔軟度測定 無料

まずは基礎体力を知り、健康に役立てよう！その他にも、おすすめウォーキングコースをマップでご紹介します。
 時間：10:00~15:00
 参加費：無料
 場所：ミズノフットサルプラザ潮芦屋内

グラウンドゴルフ 無料

ホールインワンも夢ではない！ルールも簡単で、気軽に楽しめます！
 時間：10:00~12:00、13:00~15:00の2回
 参加費：無料
 場所：ミズノフットサルプラザ潮芦屋フットサルコート

ハンドソープボール 無料

誰でも楽しめる「ゆるスポーツ」！あなたも「ソーププレイヤー」になりませんか？
 時間：11:00~12:00、14:00~15:00の2回
 参加費：無料
 場所：ミズノフットサルプラザ潮芦屋バスケットコート

公式ワナゲ 無料

老若男女、誰でも楽しめるニュースポーツ。あなたもきつと、はまること間違いなし！
 時間：10:00~12:00、13:00~15:00の2回
 参加費：無料
 場所：ミズノフットサルプラザ潮芦屋バスケットコート

イベント受付方法

- ・「ヘキサスロン」と「フットサル講習会」のみ、事前予約が必要となります。(3/10より受付開始) お申し込みは、芦屋市総合公園管理事務所(TEL:0797-38-2103)まで。
- ・その他の催しは、当日会場にご来場いただいてからのお申し込みとなります。
- ・雨天でイベントの開催が難しい場合は、当日のAM7:30に芦屋市総合公園のホームページ(<http://www.mizuno.jp/facility/hyogo/ashiyashisogokoen/>)にてお知らせいたします。

ウォーキングスタンラリーコース

コース距離：約3km
「総合公園内~ミズノフットサルプラザ潮芦屋」片道約1.5km
 所要時間：約90分 ※講習時間を含んでいます。



陸上競技場内の天然芝生で自由に遊べます

※前日に雨が降った場合、使用できない可能性があります。
 周りの方の迷惑にならないよう、注意して遊んでください。

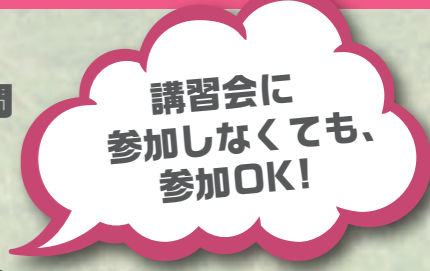


ウォーキングスタンラリーのご案内

完歩された方には、素敵な記念品があります！

ウォーキングスタンラリー時間 / 10:00~15:00
 ウォーキング講習会時間 / 10:00~30分間、13:00~30分間
 (ミズノ指導者によるウォーキング講習会を、2回行います)

ウォーキングスタンラリーは、どなたでも参加できます！
 スタート地点でスタンプリシートを受け取り、ゴールを目指してください。
 完歩された方には記念品をお渡しします。(記念品は無くなり次第、終了とさせていただきます)



※その他にも楽しい催しを予定しています。