

ラジオ体操

カローリング

Zumba
GOLD

気軽にスポーツしよう！

フィットネス



空手道

卓球



NARUTO スポーツデー

バウンズ
ボール

ソフトバレー



2024.5.29 (水)

太極拳



6:00～21:00

登山

バドミントン

いろんな
スポーツに
挑戦！

剣道

ジョギング

ハワイアンフラ

ミニバス



柔道

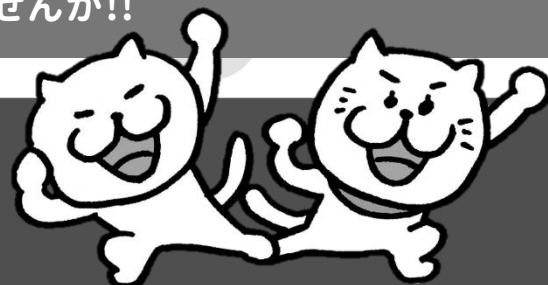
テニス

NARUTOスポーツデーは、チャレンジデーにかわる新しいスポーツ体験イベント！
鳴門・大塚スポーツパークなどで、さまざまな種目が体験できます。
自分に合った種目を探し、新しくスポーツを始めてみませんか!!



ストレッチ

トランポリン



スポーツデー
公式サイト

SPORTS
VIDEO!



体験イベント情報や、
おうちで気軽にできる
運動啓発動画を配信中！

基本

事前申込不要

一部予約、参加費が必要となるイベントがあります。
各イベントの詳細は裏面をご覧ください

お問い合わせ

鳴門市スポーツ課 TEL088-684-1181

NARUTOスポーツデー

体験イベント

屋内種目は上靴をご持参ください

事前申込不要

※一部要予約イベントあり

イベント名	時間	場所	備考
ウォーキングと早起きラジオ体操	6:00～6:45	林崎小学校運動場・中庭	雨天時は林崎小体育館で上靴持参
鳴門市カローリング交流大会	9:00～15:00	アミノバリューホール メインアリーナ	カローリング体験は 9:00～9:30
FIA全国カラダ年齢測定	9:00～18:00	鳴門市役所	
ソフトテニス	9:30～17:00	桑島テニス場	小雨実施
スポンジテニス	9:30～11:30	アミノバリューホール サブアリーナ	
棒杭山登山	10:00～12:00	うずしおふれあい公園	小雨実施
シニア ハワイアンフラ	10:00～11:00	うずしお会館2F第一会議室	
ソフトバレーボール	10:00～13:00	勤労者体育センター	
太極拳	10:30～12:00	キョーエイ鳴門駅前店 4階	
からだスッキリストretch ※要予約	11:00～12:00	ダンケスタジオ	18歳以上の方8名まで 参加費500円(初参加の方のみ)
阿波踊り体操・ラッコ体操	11:30～13:30	うずしお会館2F第一会議室	
Hawaiianフラ体験 ※一部要予約	12:00～13:00	モアナコースト	20名程度 参加費:1000円(予約不要) ※「ランチとセット」の場合は、3000円 で要予約。「moanataiken@ nice7610.net」へメールで予約) ※NICE入会金無料または回数券 500円割引券進呈。
脳トレウォーキング	13:00～14:00	キョーエイ鳴門駅前店 4階	
スポンジテニス	13:30～16:00	勤労者体育センター	
フィットネスピンポンポン ※要予約	14:30～15:30	ダンケスタジオ	2～6名まで 参加費500円
脳トレエクササイズ	14:30～15:30	キョーエイ鳴門駅前店 4階	
ZumbaGOLD (イベント承認 No.27417)	15:30～16:20	アミノバリューホール メインアリーナ	100名程度 参加費:500円 高校生以下無料 ※有料参加者には、NICE入会金無 料または回数券500円割引券進呈。
バドミントン	16:00～19:00	アミノバリューホール サブアリーナ	
トランポリン体験会	17:00～18:00	鳴門市体操場	20名
コアコンディショニング	17:00～、18:00～ 19:00～、20:00～ ※各45分	アミノバリューホール 3F研修室	各回20名程度 参加費:500円 高校生以下無料 ※有料参加者には、NICE入会金無 料または回数券500円割引券進呈。
ソフトバレーボール交流会	17:30～19:00	アミノバリューホール メインアリーナ	30名程度
親子ミニバスケット体験会	17:30～19:00	林崎小学校体育館	
空手道	19:00～20:00	明心流総本部道場	
剣道	19:00～20:00	鳴門市剣道場	
バウンドテニス	19:00～21:00	アミノバリューホール メインアリーナ	中学生以上20名程度
バウンズボール	19:00～21:00	アミノバリューホール メインアリーナ	
バドミントン	19:00～21:00	アミノバリューホール サブアリーナ	30名程度
卓球教室	19:00～21:00	勤労者体育センター	
黄昏スロージョギング	19:00～ ※1時間程度	アミノバリューホール前集合	小雨実施
ファミリーバドミントン体験会	19:00～21:00	アミノバリューホール メインアリーナ	小学生以上
受け身体験会	19:30～20:15	清風会道場	

はじめよう!
やってみよう!