

城端	平		上平	利賀	井波	井口		福野	福光
城南屋内グラウンド、城端温水プール 個人利用が無料!!					井波社会体育館、ラフォーレプールの個人利用料が無料!!			福野体育館ランニング走路、アミューズスポーツクラブの個人利用料が無料!!	福光体育館、東部体育館、西部体育館、福光屋内グラウンド、福光プールの個人利用料が無料!!
6:30 一斉ラジオ体操	6:30 一斉ラジオ体操	6	6:30 一斉ラジオ体操	6:30 一斉ラジオ体操	各地区にて 6:30 一斉ラジオ体操 (社会体育館なし)	6:00 ゲートボール ▽井口屋内グラウンド 6:30 一斉ラジオ体操	6	6:30 目覚まし体操	6:30 一斉ラジオ体操
		7 8					7 8		

▽桜ヶ池 9:30 市統一イベント 新なんとチャレンジウォーク (9:00~受付、桜ヶ池クライミングセンター前) ※当日参加可

9:00 体力測定会 ▽城南屋内グラウンド (~12:00 まで)	保育園、小中高各校、企業等でイベント等を実施 ▽各学校、事業所 (~5:00 頃まで)	9 10 11 12	保育園、小学校、企業等でイベント等を実施 ▽各学校、事業所 (~5:00 頃まで)	保育園、小中高各校、企業等でイベント等を実施 ▽各学校、事業所 (~5:00 頃まで)	▽山野・南山見公民館 9:30 カローリング ▽社会スポーツスタジオ 10:00 太極拳体験教室 ▽ラフォーレプール 10:15 水中ウォーキング教室	保育園、小中高各校、企業等でイベント等を実施 ▽各学校、事業所 (~5:00 頃まで)	9 10 11 12	▽福野体育館 9:30 チャレンジテニス交流会 (~2:00 まで) 要事前申込	▽福光体育館アリーナ 9:00 カローリング (~12:00 まで)
1:00 ゲートボール体験 (~4:00 頃まで) 1:00 ピラティス教室 ▽城南屋内グラウンド (~2:00 頃まで) 1:30 無料水中ウォーキング ▽城南温水プール (~2:00 頃まで) 2:00 体力測定会 ▽城南屋内グラウンド (~5:00 頃まで) 保育園、小中高各校、企業等でイベント等を実施 ▽各学校、事業所 (~5:00 頃まで) 7:00 なんとチャレンジタワー! ▽城南屋内グラウンド会議室 (~8:00 頃まで) ファイナルイベント ▽城南中学校体育館 7:45 爽快エアロ&ほっとあっとなんと体操 (~8:45 頃まで) 8:50 豪華景品の抽選会!	1:30 ゲートボール練習会 ▽ゲートボール場 保育園、小中高各校、企業等でイベント等を実施 ▽各学校、事業所 (~5:00 頃まで) ファイナルイベント ▽春光荘体育館 7:00 エアロピクス 8:30 ほっとあっとなんと体操 ・なんとチャレンジタワー!	1 2 3 4 5 6 7 8	1:30 ゲートボール大会 ▽ことぶき館 ベタンク大会 ▽上平グラウンド ファイナルイベント ▽アパス 6:25 ほっとあっとなんと体操で準備体操 6:30 職場対抗ビーチボール大会 毎年チャレンジデーに合わせて開催される、利賀地域恒例のイベント! ・なんとチャレンジタワー!	保育園、小中高各校、企業等でイベント等を実施 ▽各学校、事業所 (~5:00 頃まで) ファイナルイベント ▽アパス 6:25 ほっとあっとなんと体操で準備体操 6:30 職場対抗ビーチボール大会 毎年チャレンジデーに合わせて開催される、利賀地域恒例のイベント! ・なんとチャレンジタワー!	▽社体大体育室 1:30 体験!のびのび3B体操 ▽社体大体育室・高瀬公民館 1:30 カローリング (~4:00 まで) ▽南山見公民館 2:00 ベタンク交流 ▽保育園、各学校、企業でイベント実施 (~5:00 頃まで) ▽高瀬・南山見公民館 7:30 ビーチボール ▽山野公民館 7:30 レクダンス ファイナルイベント ▽社体卓球室 7:30 ラージボール卓球 ▽社体大体育室 7:30 簡単体操~TRFの曲でダンスサイズ 8:30 ほっとあっとなんと体操お楽しみ抽選会 ・なんとチャレンジタワー!	1:00 ベタンク教室 ▽井口小学校グラウンド (~5:00 頃まで) ファイナルイベント ▽井口中学校体育館 6:00 バドミントン (~8:45 まで) 7:00 チャレンジ・ザ・スポーツ (~8:00 まで) ラダー・ゲッターなど 8:15 簡単エアロビ 8:45 ほっとあっとなんと体操 ・なんとチャレンジタワー! (6:00~8:30) ▽井口屋内グラウンド 6:00 ソフトテニス (~8:45 まで)	1 2 3 4 5 6 7 8	▽福野体育館ホール 1:00 カイロプラクティク体験 ミルクイオンクレンジング洗顔体験 2:00 福野体育館アリーナ ビーチボール交流会 ラージボール交流会 カローリング交流会 4:00 親子でレッツ☆ドッチビー ▽B&G海洋センター 4:30 OPヨット体験会	▽福光体育館アリーナ 1:30 第2弾 100歳まで転ばない!「頭」と「カラダ」の健康づくり講習会 2:30 チャレンジ広場 軽スポーツを楽しもう ・カローリング ・シャフルボード ・フライングディスク ・チャレンジタワー (~4:00 まで) ファイナルイベント ▽福光体育館アリーナ 6:30 チャレンジ広場 バランス感覚を養おう ・トランポリン ・スラックライン ・チャレンジタワー (~7:50 まで) 8:00 エアロピクス 8:50 ほっとあっとなんと体操 ▽福光中学校体育館 7:30 ピックアップ JUMP! (~8:40 まで) ※全国共通イベント

カ ウ ん ト ダ ウ ん !

9 勝敗の確定は午後11時00分頃を予定。市ホームページなどをご覧ください 9



トビックス
美しいボディーラインを作ろう!午後から行われる教室「ピラティス」で楽しく体を動かしてみませんか?その他に体力測定会やゲートボールの体験もやっています。会員以外の方も是非ご参加ください。是非ご利用ください。ファイナルイベントでは爽快エアロ&ほっとあっとなんと体操そして豪華景品が当たる大抽選会があります。最後まで楽しんで行きましょう!

井口
井口中学校体育館を会場に「エアロピクス」と「ほっとあっとなんと体操」等を実施します。皆様お誘い合せの上、多数ご参加下さい。

福野
福野体育館では早朝からカウントダウンまで体験メニューが盛りだくさん。ぜひこの機会にスポーツにふれてみてください。ファイナルイベントではダンス・エアロピクス、骨盤体操、いろいろチャレンジなどご家族で楽しんでいただけます。

福光
福光体育館では朝から晩まで楽しいイベント盛り沢山。オススメは午後から行う「頭」と「カラダ」の講習会。今年12月に開催し好評の「ほっとあっとなんと体操」も早くも第2弾を開催します。ファイナルイベントでは恒例のビッグロールJUMPやチャレンジ広場(スラックライン)等の他、メインイベントとしてエアロピクスとほっとあっとなんと体操で会場が一体となって盛り上ります。

上平
ゲートボール大会がことぶき館、ベタンク大会が上平グラウンドで開催されるほか、ファイナルイベントは上平小学校体育館でカローリングやベタンク体験などを行います。

利賀
毎年恒例職場対抗ビーチボール大会が行われます。利賀地域内のみならず、遠くから参加をお願いします。

井波
社会体育館では、朝から晩まで誰でも気軽に参加できるイベントが目白押し。3B体操で楽しく気持ちよく

「新なんとチャレンジウォーク」
今年桜ヶ池(城端)で「新なんとチャレンジウォーク」を行います。約4kmを新緑や水色眺めながら気持ちよく歩きましょう!
当日は桜ヶ池クライミングセンター前に集合、9時から受付。参加希望者は各地域のスポーツクラブに申し込んで下さい。当日参加可。

環境美化にチャレンジ!
「ごみゼロウォーク」
集合場所：福野庁舎正面入り口付近
集合時間：17時30分(30分程度)
※車手、ごみ袋については無料配布いたしますので、手ぶらでお越しください。(当日参加OK!)

個人や家庭からは携帯電話・インターネットを通じての報告も可能です。

チャレンジデー2015 in なんと 運動・スポーツ報告用紙 (午後9時まで)

個人・世帯主・グループ代表	実施した運動・スポーツ
実施場所(地域名)	参加人数
実施時間	初めて報告する人の数(ダブルカウント防止用)
午前・午後 : ~ : ____分間	

※家族や家庭で実施された場合も、ご報告よろしくお願いします。