



無料解放 **ファミリースポーツデー**
4/28(日) 海老名運動公園 29(月・祝) 北部公園

ヘルシー フェスタ

2019年4月28日 日

10:00 ~ 15:00

場所：海老名運動公園（雨天縮小）

さわやかな春空の下、海老名運動公園で気持ちよく
体を動かしましょう！いろいろな運動プログラムと、
心もヘルシーになる、イベントです！



おいしい！ヘルシー！
ラップサンド！



ワンちゃんと一緒にヘルシー！
ドッグヨガ！



体を楽しく動かしてヘルシー！
ニュースポーツ体験

運動公園に「こうさくカフェ」オープン！



身近な素材を使っておもちゃを作ろう！
簡単＆シンプルな工作おもちゃ「ポストカードトイ」を
その場で作って遊ぶちょっぴりカフェ風のプチ工作教室。
カフェスタッフが工作のコツを伝授します。

対象年齢：4才以上（未就学児は保護者同伴）
場所：総合体育館ロビー
参加費：500円
参加方法：随時受付（予約不要）
主催：toy-spice!



素敵なイベントが盛りだくさん！詳しくは裏面をご覧ください。

ヘルシー フェスタ

2019年
4月28日(日)

海老名運動公園 (雨天縮小開催)
10:00~15:00



13:00~14:00
公園ドッグヨガ
プール横・芝生広場



予約制
定員
20名

愛犬と体と心をひとつにして「絆」を深めるヨガ。
ぜひ体験ください！ポーズは簡単です。

【事前予約制：お申し込み】090-8049-5188
【参加費】500円
【講師】大沼則子
(日本ドッグヨガ普及協会代表)

※大型・小型は問いません。ヒート中、嘔み癖のある犬はご遠慮ください。
※空席がある場合、当日でも参加できます。



お申し込みは
こちらから

当日参加
受付

10:00~15:00
ニュースポーツ体験

無料

総合体育館前

年齢問わず楽しめ、ゲーム性の高い「ラダーゲッター」「ディスゲッター」「クップ」を体験！フラフープや皿回し、わなげも楽しめます。

ノルディックウォーキング

陸上競技場まわり

ウォーキングより代謝UP効果が高く、若い世代にも流行のノルディックウォーキングを体験しよう。

【講師】神奈川県レクリエーション協会

予約制
定員
20名

10:00~11:00
ボディバランス
プール横・芝生広場



お申し込みは
こちらから

公園の広々とした青空の下で
気持ちよく体を動かしましょう。

【事前予約制：お申し込み】090-8049-5188
【参加費】500円
【講師】丸山啓子(ボディバランスインストラクター)

当日参加
受付

10:00~15:00
**サッカー×ゴルフ
(フットゴルフ) 体験会**

無料

プール横・芝生広場

サッカーとゴルフが融合したニュースポーツ。
フットゴルフのバットを体験してみよう！

【講師】日本フットゴルフ協会普及メンバー 新井晋



10:00~15:00
**3033運動推進
握力測定／健康相談**
体育館前



神奈川県3033運動推進で握力測定・健康相談を行います。
【協力】神奈川県体育センター

当日参加
受付

10:00~15:00
AED体験

無料

総合体育館前

AED講習、AED体験コーナー、講習マネキンを使って
AEDを体験してみよう。

【協力】フクダ電子神奈川販売株式会社

当日参加
受付

10:00~11:00
健康講座 屋内プール2階・会議室

無料

この講座では未病についてと、それを改善するための
運動療法についてわかりやすく説明します。

知っていますか？未病について～運動で未病改善～
【講師】海老名総合病院 理学療法士 石田 泰浩(いしだ やすひろ)

ヘルシーキッチンカー
HEART WRAP



フレッシュで彩りのある
新鮮な野菜を中心とした、
WrapSand(ラップサンド)
やタコライスオリジナル
アレンジで提供します。

お申し込み・お問合せ TEL : 090-8049-5188 (担当: 林)

海老名運動公園 〒243-0424 神奈川県海老名市社家 4032-1

<http://www.ebispo.jp/>

海老名運動公園指定管理者 相鉄・コナミ・日比谷花壇共同企業体