

# フレスポ @ 恵我之荘

7月27日(日) 9:30~11:30  
(都合の良い時間に来てください)

ところ：市立恵我之荘小学校 体育館  
※参加無料・申込不要(上靴をお持ちください)

## ニュースポーツ & 体力測定



↑くわしくは↑  
【ウェブサイト】



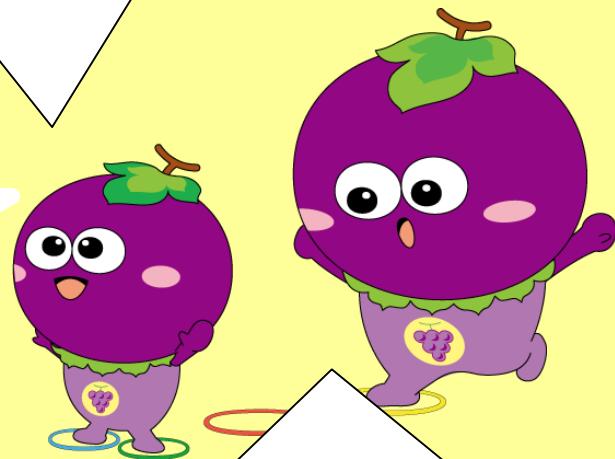
身体を  
動かそう!!

長座体前屈  
反復横跳び  
握力測定 立ち幅跳び

## 運動あそび

風船バレー・鬼ごっこ  
など…

楽しみながらいろいろな  
動きをしてみよう!



大人でも軽い運動として行える  
ので運動不足の人には適度な運  
動になるよ!

親子で一緒にOK!

9月28日(日)も実施予定!

主催：羽曳野市スポーツ推進委員協議会

＜問合せ先＞TEL：072-947-3901 (直通) 羽曳野市教育事務局生涯学習部生涯学習スポーツ課