

THE 15th

第 1 5 回

HIRAKAWA SPORTS

ひらかわ スポーツ

FESTIVAL

スポーツフェスティバル

開催日 10月10日(月) スポーツの日

参加料 500円

※午前の部・午後の部両方に参加しても料金は500円となります。

イベントに関する注意事項

- 教室は、定員になり次第メッキリさせていただきます。また、教室はすべて要予約制となりますが定員に空きがある教室のみ当日受付を行います。
- イベントに関しては、動きやすい服装でお越しの上、内履き(トレーニングルームイベントのみ)・汗拭きタオル・水分補給時の飲み物等をご持参下さい。また雨天時の場合の屋外イベントは、平賀体育館で行う教室もございます。

【主催】 NPO法人平川市スポーツ協会 【共催】 ひらかわスポーツクラブ

午前の部コース 各会場：平賀テニスコート(1・2・3コート)
平賀多目的広場

ソフトテニス教室&Tボール教室【対象：5歳～小学生の男女】

受付 8:30～ 定員 30名

ソフトテニス教室
時間 9:00～10:30
初めてでも大丈夫!
ラケットとボールを
使って楽しんでみよう!

Tボール教室
時間 10:45～12:15
柔らかいボールを
野球のように打って
投げて・キャッチしよう!

午後の部コース 各会場：平賀テニスコート(1・2・3コート)
平賀多目的広場

ソフトテニス教室&サッカー教室【対象：5歳～小学生の男女】

受付 12:30～ 定員 30名

ソフトテニス教室
時間 13:00～14:30
初めてでも大丈夫!
ラケットとボールを
使って楽しんでみよう!

サッカー教室
時間 14:45～16:15
ボールをけて
ドリブルやシュート
を決めてみよう!!

持ち物 ラケット・バット・グローブ・動きやすい服装・履きなれた靴・汗拭きタオル・水分補給時の飲料水など
※用具の当日貸出もございますが数に限りがございますので、用具をお持ちの方はご持参下さい。

会場 屋内運動場(ひらがドーム)

小学生ソフトボールチーム交流会

受付 9:30～
時間 10:00～12:00

持ち物 バット・グローブ・水分補給時の飲料水・汗拭きタオルなど
※用具の当日貸出もございますが、数に限りがございますので用具をお持ちの方はご持参ください。

ひらかわジュニア
ソフトボールクラブ体験教室

受付 12:30～
時間 13:00～15:00
対象 小学1年生～6年生までの女子



砲丸投げ教室 会場：平川市陸上競技場

フォーム技術向上と一緒にしてみませんか?
楽しく丁寧に指導いたします!!

対象 中学生限定(砲丸競技経験者)
受付 12:45～
教室 13:00～14:00
定員 5名
持ち物 動きやすい服装・汗拭きタオル
水分補給時の飲料水など

※雨天の場合は、中止となります。



大人の教室 各会場：トレーニングルーム(ひらがドーム内)・会議室(ひらがドーム内)

パーソナルトレーニング教室【対象：18歳以上の男女】

器具を使ってトレーニングと一緒に理想のカラダづくりをしてみませんか?

会場 トレーニングルーム(ひらがドーム内)
受付 ①9:45～ ②13:45～
教室 ①10:00～10:45 ②14:00～14:45
定員 10名
持ち物 動きやすい服装・内履き・汗拭きタオル・水分補給時の飲料水など



ヨガ教室【対象：18歳以上の男女】

ヨガでコロモカラダもリフレッシュ! 日頃のストレスを解消しましょう!

会場 会議室(ひらがドーム内)
受付 ①10:45～ ②12:45～
教室 ①11:00～12:00 ②13:00～14:00
定員 10名
持ち物 動きやすい服装・汗拭きタオル・水分補給時の飲料水など



新型コロナウイルス感染症対策について

- 参加当日、発熱や体調不良などがある場合は参加をご遠慮ください。
- 新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、スポーツフェスティバルの開催を中止とする場合がございます。
- ご来場時は、マスクの着用、手指の消毒をお願い致します。また、玄関にて検温及び健康状態の確認をさせていただきます。



■お問合せ・ご予約先

NPO法人平川市スポーツ協会
平川市運動施設 ひらがドーム

☎ 0172 (43) 0660
〒036-0115

青森県平川市新館野木和 48 番地

【平川市スポーツ協会HP】 <http://www.hirakawataikyou.com>

【営業時間】 9:00～21:00 【休館日】 毎週月曜日※月曜日が祝日の場合は、次の日の火曜日が休館日となります。



定期教室
ご案内

ひらかわジュニアソフトボールクラブ

対象 平川市近郊の小学1年生～6年生までの女子児童

平川市近郊の女子児童を対象にしたソフトボールクラブチームです！
ボールやバットを触ったことのないお子様からでも楽しく始められます♪
無料送迎付きなので学校や自宅から練習場所まで送迎します！！



曜日	時間	活動場所
水曜日・金曜日	16:30～18:30	平川市運動施設 ひらかドーム他
土曜日	15:00～18:00	
日曜日	9:00～12:00	

※帰りはお迎えをお願いしています。

練習場所までの
無料送迎付き！
自宅や学校まで
お迎えに伺います♪

ソフトボールスキルアップ教室

対象 小学3年生～中学3年生の女子

細かいテクニックから、苦手な部分の克服まで！自分の為にスキルアップ♪

曜日	時間	活動場所
水曜日	小学生の部 18:30～19:30	平川市運動施設 ひらかドーム
	中学生の部 19:00～20:30	



Yoga - ヨガ -

気持ちいいカラダを作る。

もっと美肌に！もっと引き締まった体で健康になりたい。
心身の不調を解消して、心も体もクリアになって、さらに自分を磨きたい。
ヨガはそんな望みを叶えてくれるお手伝いをします。
心と体が整うことで日常生活を快適に過ごしてもらえたらと思います。
ポーズの実践から始まる、気持ちいい体作りを一緒にしてみませんか。

－ 体験会開催 －

曜日	日時	場所	定員
水曜日	10/19,10/26 19:30～20:30	ひらかドーム	各曜日時間 10名
金曜日	10/14,10/21 11:00～12:00	会議室	

【持ち物】ヨガマット・汗拭きタオル・水分補給時飲料水など

受講料金・体験会料金等の詳細については、ひらかドームまでお問合せ下さい！

NPO法人平川市スポーツ協会 指定管理施設 ひらかドーム ☎ 0172 (43) 0660