



CHALLENGE CARAVAN
 チャレンジキャラバン

あおぞら★チャレンジキャラバン CHALLENGE★CARAVAN

親子で遊びながら体力チェックしてみませんか!?



10/22 ±
 10:30~15:00
 狭山公園 風の広場

【主催】
 西武・狭山丘陵パートナーズ



1 走る・跳ぶ・投げる!
 スポーツ測定コーナー

①11:00~、②13:00~
 ③14:00~ [各回1時間] 当日受付 参加無料

ミズノ(株)のオリジナル器具『ヘキサスロン』で、からだを上手に使うって5つの種目に挑戦しよう。目指せ高得点!!

【対象】4歳~12歳以下
 【定員】各回40名

ヘキサスロン

2 親子一緒に!
 のびのび体操教室

①11:00~11:45 ②14:00~14:45 事前申込 有料

親子で一緒に楽しむことができる体操や簡単な運動など、こどもとのコミュニケーションを育みます!

【対象】
 ①1歳~3歳以下のお子様と保護者
 ②4歳~6歳以下のお子様と保護者
 【定員】各回20組
 【参加費】200円(1組)

3 カラダ測定&
 アドバイスコーナー

当日受付 有料

測定1 美と健康は足のウラから!
 「足型測定」 <200円>

測定2 痩せやすいカラダを目指せ!
 「体組成測定」 <300円>

ミズノのスポーツコーディネーターが、健康づくりをアドバイス!
 あなたにピッタリのシューズ選びのお手伝いもしますよ!

4 はらっぱ★
 まるいものあそび

当日受付 参加無料

はらっぱに転がるバランスボールやフラフープ、ドッチビー等、各種ボールで自由に遊ぶことができるコーナーです。

カラフルなバランスボールであそぼう!

5 健康づくりに!
 ウォーキング教室

事前申込 有料

日々の健康づくりのきっかけに! スポーツコーディネーターのアドバイスを聞きながら公園を歩いてみませんか。

自然を満喫しながらウォーキング!

10:30~11:30

【対象】18歳以上
 【定員】20名
 【参加費】300円

【申込み/問合せ】 事前申込が必要なプログラムは HP、FAX (042-397-9467)、または来館にて受け付けます。(先着順) 都立狭山公園パークセンター ☎042-393-0154

狭山丘陵の都立公園