

親子スポーツフェア

幼児期から児童期にかけて、脳・神経系が急激に発達するため、この時期は様々な運動器官を動かしたり、からだのバランスをとって運動する事がとても大切です。この親子スポーツフェアは、親と子でコミュニケーションを取りながら、色々なスポーツに挑戦し、これからの成長過程の中で、からだを動かすことの楽しさ！また、スポーツを始めるきっかけづくりにしていただくと幸いです。

9月23日（金・祝）9時15分 完全集合（受付9時から）

（※新型コロナウイルス感染警戒レベル5の場合は中止します）

集合場所：上田城跡体育館アリーナ（室内シューズ・タオル・飲み物持参）

対象：年少・年中・年長さんの親子（先着170組）

（チア教室は小1年～3年まで参加可）

参加費 無料

※全ての教室申込開始日 8月24日（水）

①色々運動遊び体験教室（申込必要）

対象：年少・年中・年長の親子

（先着100組）

場所：上田城跡体育館
アリーナ

注意：①の教室にご参加されるかたは
原則②③④⑤の教室はご参加できません

親子運動遊び教室

20分間

ローテーション

4種目体験

走運動教室
（鬼ごっこ等）

親子筒けん・けん玉
遊び教室

親子
ボール遊び教室

教室完全終了11時30分



単発申込教室（申込必要）

② 9:30～10:10

③ 10:30～11:10

親子

チアリーディング教室

対象：②年中・年長の親子

③小学1年から3年

定員：先着20組

場所：城跡体育館 柔道場

④ 9:30～10:00

⑤ 10:30～11:00

親子一緒にエンジョイ
バランスボール教室

対象：年中・年長の親子

定員：先着15組

場所：城跡体育館 剣道場

⑥⑦はご自由な時間にご参加ください（申込不要）

⑥ 9:30～11:15

♪ お楽しみコーナー♪

★ストラックアウト

★キャッチ・ザ・スティック

★輪投げ

場所：上田城跡第2体育館

⑦ 10:00～11:15

自分の血管年齢を知ろう！
指1本で今の自分の血管年齢
を知る事が出来ます。

協力：明治安田
生命保険（相）

～お申込み方法～

種目によってお申込先が異なります。下記のクラブのQRコードからメールにてお申込ください。

親子のお名前・年齢・住所・電話番号・希望教室を必ず記載してください。

（申込開始日：8月24日（水））

①運動遊び教室にお申込のかたは下記へ

さなだスポーツクラブ 14:00～20:00

（火曜日定休 土・日・祝日は18時まで）

TEL：0268-72-2657



②・③チア教室お申込のかたは下記へ

★うえだミックススポーツクラブ

平日9:00～17:00（土・日・祝定休）

TEL0268-71-5392



④・⑤バランスボールお申込の方は下記へ

★クラブUSC 平日10:00～16:00

（土・日・祝定休）TEL：0268-26-5320



主催：NPO法人クラブUSC・NPO法人うえだミックススポーツクラブ・オヤジ改造倶楽部
NPO法人さなだスポーツクラブ・上田市・上田市教育委員会

協賛：富士ヨット学生服