

# 元気づくりプログラム 2014 in KONAN～六アイへ行こう!～

日時:2014年11月8日(土)

場所:甲南大学 六甲アイランド総合体育施設

(神戸市東灘区向洋町中9-4)

元気づくりプログラム2014 in KONAN～六アイへ行こう!～は、甲南大学スポーツ・健康科学教育研究センターが提供する、スポーツや健康に関するイベントです。参加費は**無料**。ぜひ、奮ってご参加ください!なお、**定員になり次第**募集を締めさせていただきます。

## ①「ダウン症乳幼児 からだづくりプログラム」

時間:10:30開会式&芝生であそぼう  
11:30～13:30プログラム  
場所:陸上競技場インフィールド及び三木記念体育館  
対象:ダウン症乳幼児(未就学児)  
とその家族(約80組)

<本プログラムの詳細及び申込みはこちら>

甲南大学地域連携センター 検索

<http://www.konan-u.ac.jp/korec/>



## ② 気軽にストレッチ&トレーニング (小学生から高齢者まで。自宅でできる簡単エクササイズも紹介)

時間:10:00～11:00  
場所:トレーニングルーム  
対象:小学生から大人まで(小学生は保護者同伴)  
定員:20名  
持ち物:体育館シューズ、タオル

## ④ 親子でフットサル

時間:14:00～15:30  
場所:陸上競技場インフィールド  
サッカー場兼フットサル場  
(雨天中止、小雨決行)  
対象及び定員:小学生とその保護者 30組  
※お子様だけで参加したい場合は、  
センター事務室までご相談ください。  
持ち物:シューズまたはスパイク、タオル



## ③ ヨガ&ピラティス

時間:13:00～14:00  
場所:三木記念体育館  
対象:小学生から大人まで  
定員:20名  
持ち物:タオル



- ・運動できる服装でご参加ください(更衣室あり)。
- ・貴重品は各自で管理してください。
- ・ケガをした場合、応急処置のみの対応となります。
- ・イベント独自の保険加入はありません。
- ・駐車場はご利用いただけません。公共交通機関または近隣の有料駐車場をご利用ください。
- ・水分補給のための飲み物を、各自ご用意ください。

②～⑤申込みは甲南大学HPにて!

受付期間:10月10日(金)～10月31日(金)

先着順!!



甲南大学  
スポーツ・健康科学教育研究センター 検索

<http://www.konan-u.ac.jp/laboratory/sports/>

問い合わせ:甲南大学スポーツ・健康科学教育研究センター  
事務室 TEL:078-857-7300

## ⑤ チアリーディングチームと 一緒に踊ろう!～六アイ編～ ☆学生プログラム☆

時間:14:00～16:00  
場所:三木記念体育館  
対象:4歳～10歳  
定員:20名程度  
持ち物:体育館シューズ、  
赤色のTシャツ、タオル



NEW