

健康フェスタ

5 /
2 (木)

11:00 ~ 16:00
1人10分程度

からだ健康チェック体験

- ①身体チェック
姿勢の撮影や可動域チェックを行い
歪みやアンバランスの原因を明確にします
- ②ストレッチメンテナンス
ストレッチやマッサージガンを行い
身体の不調を緩和、調整等を行います



会場 / セントラルコート 1階

予約制

5 /
3 (金) 4 (土)

11:00 ~ 18:00
1 枠45分間
1 枠5組まで

①トランポリン教室体験会

5種目合格で
メダルプレゼント

トランポリン5種目にチャレンジ!
本教室ではトランポリン以外にも、
学校の体育で困らないためのマット運動や
跳び箱も組み合わせ
健康的な身体を育むことを目的としています。

※事前にお問合せください



会場 / セントラルコート 1階

5才~小学4年生まで

完全予約制

11:00 ~ 15:00
1人3~5分程度

②トランポリン体験会

②会場 (2階a-fit) にてトランポリン体験会を
実施しております。中型トランポリンでの体験と
なりますので小さなお子様でもより安心安全に
体験ができます。



会場 / 2階a-fit

3才~小学4年生まで

予約なし

※体験の際に誓約書へ必要事項のご記入をお願いいたします。

