

# 体育の日施設無料開放！！

施設利用者全員を対象に施設を無料開放いたします！！

日時：**平成29年10月9日（月・祝）**

9：00～21：00（2時間以内）

但し、小中学生単独の利用は午後6時まで



★ さらに無料イベント実施！！ ★

## その1

### 体成分分析測定会！！

機器を使って体の筋量、脂肪量などを測定しよう！

- ・開催時間：10：00～13：00
- ・対象：18歳以上（高校生不可）・定員：50名

2階研修室にて当日先着順受付！（終了10分前まで）



## その2

### テニスボールDE！ストレッチ！ コーナー

テニスボールを使って肩こり・腰痛改善を目指そう！

- ・開催時間：11：00～11：30
- ・対象：施設利用者全員　・定員：15名
- ・持参物：フェイスタオル、飲み物

10：40～　2階研修室にて当日先着順受付！



## その3

### 水泳ビデオ撮影！！

普段見られない自分の泳ぎを撮影してもらおう！

- ・開催時間：18：30～20：00
- ・対象：小学生以上（※）　・定員：なし
- ・最大100m、2種目まで
- ・持参物：ビデオカメラ（携帯電話・スマートフォン可）

プールサイドにて当日受付！（終了10分前まで）



（※）小中学生の参加は保護者の送迎が必要です。

#### 福岡市立南市民プール

【指定管理者】

シンコースポーツ・西鉄ビルマネジメントグループ  
〒811-1344

福岡市南区三宅3丁目31番1号

Tel092-561-6011