

ラジオ体操

カローリング

Zumba
GOLD

気軽にスポーツしよう！

フィットネス



空手道

卓球



NARUTO スポーツデー

バウンズ
ボール

ソフトバレー



2024.5.29 (水)

太極拳



6:00～21:00

登山

バドミントン

いろんな
スポーツに
挑戦！

剣道

ジョギング

ハワイアンフラ

ミニバス



NARUTOスポーツデーは、チャレンジデーに
かわる新しいスポーツ体験イベント！

鳴門・大塚スポーツパークなどで、さまざまな
種目が体験できます。

自分に合った種目を探し、新しくスポーツを
始めてみませんか!!

柔道

テニス



ストレッチ

トランポリン



スポーツデー
公式サイト

SPORTS
VIDEO!



体験イベント情報や、
おうちで気軽にできる
運動啓発動画を配信中!

基本

事前申込不要

一部予約、参加費が必要となるイベントがあります。
各イベントの詳細は裏面をご覧ください

お問い合わせ

鳴門市スポーツ課 TEL088-684-1181

NARUTOスポーツデー

体験イベント

事前申込不要

※一部要予約イベントあり

屋内種目は上靴をご持参ください

イベント名	時間	場所	備考
ウォーキングと早起きラジオ体操	6:00~6:45	林崎小学校運動場・中庭	雨天時は林崎小体育館で上靴持参
鳴門市カローリング交流大会	9:00~15:00	アミノバリューホール メインアリーナ	カローリング体験は 9:00~9:30
FIA全国カラダ年齢測定	9:00~18:00	鳴門市役所うずしお広場	雨天時は市役所内で開催
ソフトテニス	9:30~17:00	桑島テニス場	小雨実施
スポンジテニス	9:30~11:30	アミノバリューホール サブアリーナ	
棒杭山登山	10:00~12:00	うずしおふれあい公園	小雨実施
シニア ハワイアンフラ	10:00~11:00	うずしお会館2F第一会議室	
ソフトバレーボール	10:00~13:00	勤労者体育センター	
太極拳	10:30~12:00	キョーエイ鳴門駅前店 4階	
からだスッキリストretch ※要予約	11:00~12:00	ダンケスタジオ	18歳以上の方8名まで 参加費500円(初参加の方のみ)
阿波踊り体操・ラッコ体操	11:30~13:30	うずしお会館2F第一会議室	
Hawaiianフラ体験 ※一部要予約	12:00~13:00	モアナコースト	20名程度 参加費:1000円(予約不要) ※「ランチとセット」の場合は、3000円 で要予約。「moanataiken@ nice7610.net」へメールで予約 ※NICE入会金無料または回数券 500円割引券進呈。
脳トレウォーキング	13:00~14:00	キョーエイ鳴門駅前店 4階	
スポンジテニス	13:30~16:00	勤労者体育センター	
フィットネスピンポンポン ※要予約	14:30~15:30	ダンケスタジオ	2~6名まで 参加費500円
脳トレエクササイズ	14:30~15:30	キョーエイ鳴門駅前店 4階	
ZumbaGOLD (イベント承認 No.27417)	15:30~16:20	アミノバリューホール メインアリーナ	100名程度 参加費:500円 高校生以下無料 ※有料参加者には、NICE入会金無 料または回数券500円割引券進呈。
バドミントン	16:00~19:00	アミノバリューホール サブアリーナ	
トランポリン体験会	17:00~18:00	鳴門市体操場	20名
コアコンディショニング	17:00~、18:00~ 19:00~、20:00~ ※各45分	アミノバリューホール 3F研修室	各回20名程度 参加費:500円 高校生以下無料 ※有料参加者には、NICE入会金無 料または回数券500円割引券進呈。
ソフトバレーボール交流会	17:30~19:00	アミノバリューホール メインアリーナ	30名程度
親子ミニバスケット体験会	17:30~19:00	林崎小学校体育館	
空手道	19:00~20:00	明心流総本部道場	
剣道	19:00~20:00	鳴門市剣道場	
バウンドテニス	19:00~21:00	アミノバリューホール メインアリーナ	中学生以上20名程度
バウンスボール	19:00~21:00	アミノバリューホール メインアリーナ	
バドミントン	19:00~21:00	アミノバリューホール サブアリーナ	30名程度
卓球教室	19:00~21:00	勤労者体育センター	
黄昏スロージョギング	19:00~ ※1時間程度	アミノバリューホール前集合	小雨実施
ファミリーバドミントン体験会	19:00~21:00	アミノバリューホール メインアリーナ	小学生以上
受け身体験会	19:30~20:15	清風会道場	

はじめよう!
やってみよう!