

令和8年10月18日（日）

「健康体操体験」規則

1 時 間 (受 付) 9時00分 ～ 9時30分
 (体 操) 9時30分 ～ 12時00分頃

2 内 容
親子で柔軟度 up、体幹力 up、運脳ゲームを楽しみましょう
※年長児から小学生は、保護者と一緒に参加すること。

3 会 場 伊賀市民体育館（伊賀市緑ヶ丘東町 920）

4 服 装 運動のできる服装、体育館シューズを着用

5 持 ち 物 飲み物、タオル、ヨガマット（持っている方のみ）

6 申 込

【申込期間】 7月24日（金）～9月17日（木）17：00

【提 出 物】 申込用紙

【申込方法】 申込フォーム・FAX・メール・持参・郵送

【申込場所】 伊賀市民スポーツフェスティバル実行委員会事務局
住 所：518-8501 伊賀市四十九町 3184 番地
伊賀市役所地域力創造部スポーツ振興課内（本庁4F）
FAX：0595-22-9694 メール：sports@city.iga.lg.jp（TEL：0595-22-9635）

6 そ の 他 ヨガマットをお持ちでない方は当日貸し出します（無料）が、数に限りがありますので、
ご自身でお持ちの方はご持参ください。
※申込用紙にヨガマット持参の有無を記載してください。

