

おもいっきりカラダをうごかす

SPOFFES

スポフェス!!

とき：2023.10.9 月曜 祝日 10:00-15:00

* 12:00-13:00はお昼休憩です。

ばしょ：名寄市スポーツセンター

当日はフードトラックもやってくる！
お昼もいっぱい食べて元気いっぱい！

FREE EVENT
参加費が無料の
イベントです。
小学生以下対象

最大5つのスポーツを体験できるんだって!! キッズ★スポーツ体験会

スポーツに興味がある、たくさんカラダを動かしたい、スポーツをはじめたい
小学生までの子どもたちみんなで体験しよう!!

この日はなんと、
名寄市の体育施設を
無料開放してるよ。
詳細はコチラ

バルシューレ体験会

ドイツ発祥のボールを使った
子ども向けのスポーツだよ。

幼児クラス(3才~小学生未満)
① 10:00 ~ ② 11:00 ~

(各回、先着 25名です。)

場所：名寄南小学校
申込：右記のQRより応募
9/25~10/2の間の先着順です。



小学生対象の運動能力テスト

Nチャレンジ

場所：名寄市スポーツセンターアリーナ
時間：13:30 ~ 15:00

自分のカラダをもっと知ろう!

InBody470 測定会

グリップを握るだけで体の健康状態や体の
各部位の筋肉量を知ることができます。
参加無料で大人も子どもも体験しよう。

場所：名寄市スポーツセンターロビー

同時開催で
こんなイベントも!

街なかを歩こう。名寄スポーツセンター発着

Nスポウォーキング

受付開始：10:30 ~ スタート：11:00 ~

スマホアプリを使用した10月だけのイベント!

オクトーバー
ランウォーク

なんと名寄市は現在札幌に次いで
参加者が道内で2位!
歩いて走って、めざせ全国1位!



上のQRから
ダウンロード

各種お問合わせ



Nスポーツコミッション (名寄市民文化センター内)
MAIL: info.nsportscommission@gmail.com TEL: 01654-2-2218