



親子でスポーツで リフレッシュする時間

コロナ禍で我慢が続き、親御さんもお子様も日々自粛の生活が続いているかと思います。そこで高田市総合公園の指定管理者である(株)ビッグ・スポーツが、今のこの時期だから見直したい「今のこのタイミングだからできること。親と子供のスポーツで感じるリフレッシュ」という目的で、安全に配慮し、屋外での親子サッカー & テニス教室を実施します。

コロナ禍における参加型屋外スポーツイベントの開催に関しては、未だ実施に向け賛否両論あり、100%の賛同が得られないのは事実です。しかし、このような状況だからこそ、できないと踏みとどまるのではなく、今できる形を追求し、新しい形のスポーツイベントを実施するべきと確信しています。当日は、屋外施設でありながらも細かな新型コロナウイルス感染防止策を講じ、親子という保護者の方の目が届く範囲でのコロナ対策も加えて、安全に実施して参ります。



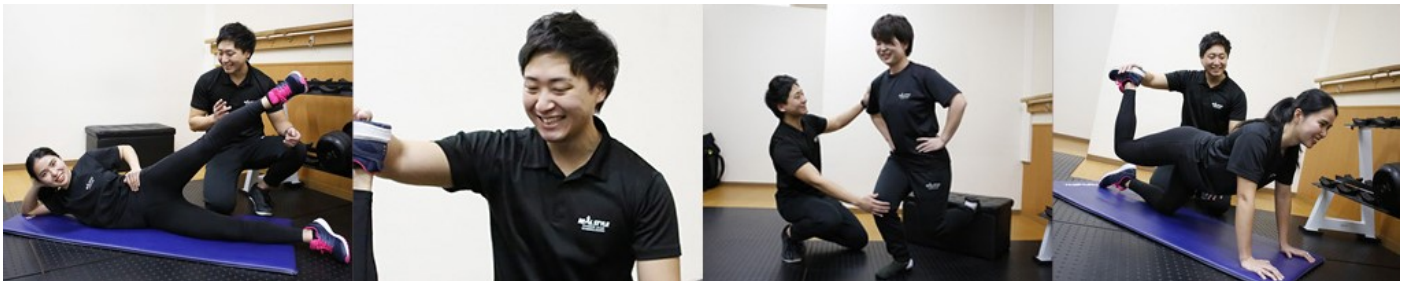
場所	大和高田市総合公園テニスコート 〒635-0058 奈良県大和高田市西坊城414
内容	サッカーとテニスを2つ一緒に試しめるイベントです！ サッカーは初心者向きで OK、ボールの蹴り方や飛ばし方など、体育や遊びで生かせるやり方を学べます！ テニスも初心者向きで、簡単なラリーやゲームなど、親子2人1組で行う内容となっております。お父さん、お母さん、または途中で入れ替わっても OK、親子で身体を動かしてストレスを解消しましょう！
開催日	12月19日(日) 【1部】 9:00~10:30 【2部】 11:00~12:30 【対象】小学1年生~3年生 男女混合 定員:8組
雨天	雨天中止 当日の天候不良の場合はお電話にてお問い合わせください。0745-52-4700
参加	親子2人1組での参加となります。 ※お子様のみのご参加はお断りさせていただきます。
参加費	無料
持ち物	マスク、運動の出来る服装、スニーカー、帽子、水筒、タオル等 ※ラケット・サッカーボールは無料貸し出し
コロナ対策	開始前の検温、消毒、健康診断チェックにご協力ください。当日は検温後のご参加をお願いします。 参加人数を制限し、ソーシャルディスタンスに配慮しながら、マスク着用での参加をご了承ください。
講師	主催:株式会社ザ・ビッグスポーツ自主事業 運営:株式会社 RealStyle 講師:ディアプロッサ高田スポーツクラブ・ユニークスタイルテニスアカデミー
申込	① お子様・保護者様2名のお名前 ②性別 ③学校名と学年 ④経験ありなし ⑤連絡先 右の「QRコード」を読み取り、上記を記載の上、メールにてお申し込みください。 ※ご応募は先着順のため、お早めにお申し込みください。定員になり次第、締め切りとさせていただきます。



運動不足解消！自宅でできるトレーニング & 栄養学セミナーを参加費無料で開催!!

コロナ禍で我慢が続き、日々自粛の生活が続いているかと思います。そこで高田市総合公園の指定管理者である(株)ビッグ・スポーツが、今のこの時期だから見直したい「今のこのタイミングだからできること。生涯健康とスポーツを楽しめる身体作り」という目的で、安全に配慮し、お家で出来るダイエットセミナーを実施します。

コロナ禍における参加型屋内イベントの開催に関しては、未だ実施に向け賛否両論あり、100%の賛同が得られないのは事実です。しかし、このような状況だからこそ、できないと踏みとどまるのではなく、今できる形を追求し、新しい形のスポーツイベントを実施するべきと確信しています。当日は、屋内施設でありながらも細かな新型コロナウイルス感染防止策を講じ、安全に実施して参ります。



場所	大和高田市総合公園多目的ホール 〒635-0058 奈良県大和高田市西坊城414
内容	《前半 20 分:栄養学セミナー》 年間数十人の食事指導を行っている現役トレーナーによる栄養学の解説と明日から実践できる小技もご紹介します。 《後半 40 分:自宅でできるトレーニング指導》 コロナ禍で運動不足になりがちな時代に1日30分、自宅で簡単に出来るトレーニングを現役パーソナルトレーナーが指導させていただきます。
開催日	11月23日(火祝) 【1部】 10:00~11:00 【2部】 12:00~13:00
参加	対象:20代~50代男女 定員:各10名 ※お子さんが一緒でもOK!!
参加費	無料
持ち物	マスク・動きやすい服装(ジーンズなどは避けて下さい)・運動靴(室内靴)・飲み物・タオル
コロナ対策	開始前の検温、消毒、健康診断チェックにご協力ください。当日は検温後のご参加をお願いします。 参加人数を制限し、ソーシャルディスタンスに配慮しながら、マスク着用での参加をご了承ください。
講師	主催:株式会社ザ・ビッグスポーツ自主事業 講師:ディアプロッサ高田スポーツクラブ・ユニークスタイルテニスアカデミー
申込	① お名前 ② 性別 ③ 年齢 ④ 連絡先 右の「QRコード」を読み取り、上記を記載の上、メールにてお申し込みください。 ※ご応募は先着順のため、お早めにお申し込みください。定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

