

15分の運動で身体が変わる。未来が変わる。

市制施行
85周年記念

アクティブシティ推進事業

チャレンジデー2022 in Fukuchiyama

5月25日(水)

チャレンジデー当日お得情報!

参加方法

15分以上
運動する

報告
する

グラウンド・ゴルフ無料開放
時間／9時～16時
場所／フットボールフィールド
協力／株式会社エフスリー

サンケイアミューズメントパーク料金割引
場所／あそVIVA本店
内容／あそVIVA2階 終日パック料金半額
バッティング10G券半額
協力／三恵観光株式会社

電話 0773-24-7069

FAX 0773-23-6537

スマホ・PC <https://www.city.fukuchiyama.lg.jp/soshiki/7/45596.html>



チャレンジデーイベント一覧

| 協力団体 | イベント名 | 会場 | 時間 | その他 |
|--------------------|-----------------|-------------------------------|--------------------------|--------|
| 福知山市ソフトテニス協会 | ソフトテニス体験練習会 | 三段池公園総合体育館メインアリーナ | 9:00~12:00 | |
| | | 三段池公園テニスコート | 18:00~20:00 | |
| 福知山卓球協会 | チャレンジ!卓球2022 | 市民体育館 | 9:30~11:30 | |
| 福知山市野球協会 | チャレンジ!ストラックアウト | 長田野公園運動広場(野球場) | 16:00~20:00 | |
| 福知山市剣道連盟 | 剣道体験教室 | 武道館剣道場 | 18:30~19:30 | 小中学生対象 |
| 福知山市弓道協会 | 弓道体験会 | 市民運動場弓道場 | 16:00~20:00 | 中学生以上 |
| 福知山市グラウンド・ゴルフ協会 | グラウンド・ゴルフ練習会 | 三段池RAVIHOUSEフィールド | 9:00~11:30 | |
| 福知山市ターゲット・バードゴルフ協会 | ターゲット・バードゴルフ体験会 | 市ノ谷公園 | 9:00~11:00 | |
| 福知山市ペタンク・ブール連盟 | ペタンク体験会 | 高田公園(東堀) | 14:00~19:00 | |
| 福知山ヘルスアップ体操 | ヘルスアップ体操 | 長田野公園体育館 | 10:30~11:30 | |
| 一般社団法人体力メンテナンス協会 | バランスボール体験会 | SECカーボンスタジアム | 10:00~10:30 | 要申込 |
| | | 市民交流プラザ福知山 市民交流スペース | 19:30~20:00 | |
| スポーツ推進委員 | ポッチャ体験会 | 三段池公園総合体育館サブアリーナ | 13:30~15:00, 19:00~20:30 | |
| 陸上自衛隊福知山駐屯地 | とびこめ!自衛隊の森 | 福知山訓練場 | 17:00~18:00 | 要申込 |
| 福知山市老人クラブ連合会 | 春の健康ウォーキング | <small>ほうきまる</small> 伯耆丸公園 | 9:20~11:40 | 要申込 |

イベント情報は福知山市公式HPにて、随時更新中!

【オンラインでチャレンジ!】

◎ ながら運動SP(YouTubeによる動画配信)

◎ アスリートと一緒にうちチャレ

出演
アスリート

加地 亮氏(サッカー元日本代表)
谷本歩美氏(柔道元日本代表)



----- キリトリ (FAX の場合は切り取らず送ってください) -----

チャレンジデー 2022 inFukuchiyama 参加報告書

| 区分 | 運動の内容・種目(実施した運動・スポーツ) | 人数 |
|--------------------------|---|----|
| ・個人、家族 ・団体、企業名 () | 内容() 散歩・体操・ストレッチ・自転車・買い物(歩いて買い物をした場合)・ 清掃・犬の散歩・その他 | 人 |

FAX : 0773-23-6537