

期日 令和7年9月21日
場所 日南総合運動公園 多目的室

ニュースポーツ体験会&ミニ体力測定会



体力測定は、握力・長座体前屈・開眼片足立ち(64歳以下は反復横跳び)の3種目。ニュースポーツは、卓球バレー・ディスクッター・オーバルボールの3種目を行いました。年齢を問わず誰でも気軽に楽しめるニュースポーツ。参加された方からは、「とても楽しかった」「いい運動になりました」とうれしい声を頂きました。