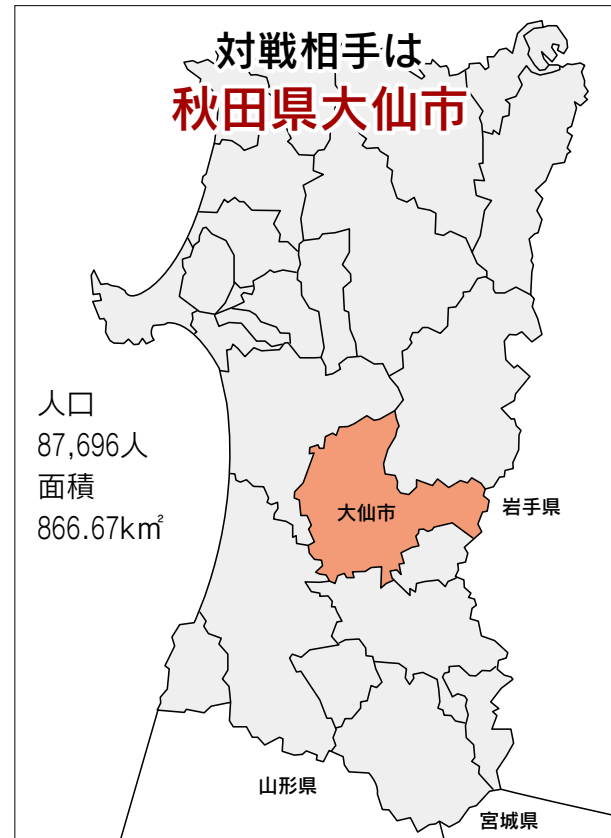


5月28日(水)は チャレンジデー

チャレンジデー当日、運動した人（する予定の人）は臨海体育館へご連絡ください

5月28日(水)は、チャレンジデー実施日です。市では当日、右表のイベントを用意します。チャレンジデーに参加して、運動を習慣づけるきっかけにしましょう。

イベントに参加できない人は、ウォーキングや犬の散歩、職場まで歩いて通勤するなど15分以上継続して運動すると参加報告できます。また、市外の人でも市内で体を動かせば参加できます。



参加報告

運動した人は当日21時30分までに①個人名または代表者名②実施した運動やスポーツ名③実施場所④実施時間⑤参加人数⑥電話番号⑦今回の碧南市チャレンジデー参加予想人数などを電話またはFAXでスポーツ課内チャレンジデー実行委員会（☎0800-200-1072（通話料無料）、FAX42-8368）

※以下の報告用紙を各公民館（西端を除く）、農業者コミュニティセンターに設置する箱に投かんすることもできます。また、市ホームページ、携帯電話からも報告できます。参加人数を当てた人には粗品があります（多数の場合は抽せん）。

問合せ 臨海体育館内チャレンジデー実行委員会 ☎(48)5311

チャレンジデー参加報告用紙

個人名または代表者名		実施した運動やスポーツ名	
実施場所		参加人数(代表者含む)	人
実施時間	: ~ :	電話番号	
碧南市チャレンジデー参加予想人数		人	※碧南市チャレンジデーの過去の参加人数は2012年は33,098人、2013年は36,558人です。
ご意見・ご感想をお願いします。			

※携帯電話からの参加報告は以下のQRコードを読み取り、専用ページから報告してください。通信料は利用者の負担となります。



※重複を防ぐため、参加人数の報告は1人1回をお願いします。

2014 inへきなん 今年こそ勝ちたい!

イベント	とき	ところ	備考
ラージボール卓球練習会	①9時～12時②9時～15時③9時30分～15時④12時～15時	①大浜公民館②農業者コミュニティセンター③南部・東部市民プラザ、勤労者体育センター④臨海体育館、棚尾公民館、霞浦会館	卓球道具をお持ちください。
『静』のエクササイズ スポーツ吹矢を体験しよう	①13時30分～17時30分②19時～20時30分	①②臨海体育館②中部公民館	 △草とりも運動になります。
チャレンジベースボール	18時～21時	臨海公園グラウンド	
ポールウォーキング・ニュースポーツ体験会	①6時30分～21時 ②6時30分～16時	①臨海公園②明石公園、油ヶ淵遊園地	
スラックライン	12時～21時	臨海公園	
あんどんやみにまみれて 忍者ランド	19時30分～、20時～	臨海公園	体育館シューズが必要です。
インディアカ	12時～18時	南部市民プラザ	
楽しくやろう!ソフトバレエ	13時～17時	南部市民プラザ	柔道着を持っていない人は、ジャージでどうぞ。
空手教室	19時～21時	棚尾公民館	
誰でも体験空手教室	19時30分～21時	臨海体育館	
柔道初心者体験コース（カロリー消費運動中心です）	19時30分～20時30分	臨海体育館	
ランニングにつながるウォーキング	18時30分～20時	(株)豊田自動織機碧南工場グラウンド	市内各所で行います。詳しくは各老人クラブへお問い合わせください。
剣道けい古会	19時～21時	西端中卓球場	
らくらく体操で培ったしなやかな身体でラジオ体操をやろう			

しょうぶー、てらまち小僧、ギョッピーが各イベントを巡回します。運がいいと会えるかも。

