
Enjoy sports day

バルーンバレーを楽しもう！

主催 特定非営利活動法人ブラッシュアップスポーツクラブ

私達は、スポーツに親しむ事によって、体を動かすという人間の本源的な欲求の充足を図るとともに、爽快感・達成感・他者との連帯感等、精神的な充足も図り、更には体力の向上・ストレス発散・生活習慣病の予防など、心身両面にわたる健康の保持増進に大きな効果を得ています。

さあ、スポーツを楽しみましょう！

【参加資格】

ブラッシュアップスポーツクラブ会員、ご家族、ご友人、OBOG

【日時】

令和7年 12月7日（日） 9時～12時
久能小学校体育館

【持ち物】

体育館シューズ、飲み物

