

令和7年12月5日

トライフープ岡山と楽しむ「1 DAY スポーツアカデミー」 を開催します

岡山市を拠点に活動している男子バスケットボールチーム「トライフープ岡山」による健康スポーツ教室を開催します。

1 開催日時

令和7年12月14日(日)9時30分～11時30分

2 場 所

シゲトアリーナ岡山サブアリーナ(北区いずみ町)

3 内 容

- ・参 加 者:50名(小学生以上) ※応募締切済み
- ・講 師:トライフープ岡山所属のスクールコーチ
- ・交流内容:参加者の皆さんが、講師と一緒に簡単にできるリズムジャンプやバスケットボールを使った運動等を行います。

4 そ の 他

- ・本イベントは、市民の“健康寿命”※延伸に向け、日頃運動をすることが少ない方々にも、軽い運動等を通して健康への関心を高めてもらい、日常的な運動に取り組むきっかけづくりとするものです。

※健康寿命とは、一生のうち健康で自立して暮らすことのできる期間のこと。

- ・本教室は、令和3年度から実施し、今回で4回目の実施となります。

【問い合わせ先】

岡山市スポーツ振興課 さだかね えんしょういわ 貞包・焰硝岩 直通086-803-1616 内線4743