

カルッツかわさきスポーツフェスタ 2020

11月28-29日
開催!!

入館の際はマスク着用をお願いします
室内ばきをご持参ください

11/28 土 スポーツデー
無料開放!!

卓球タイム(定員 48 名)

9:30-16:00

時間内のうち 1 時間半まで

バスケットボールタイム(定員 50 名)

17:30-19:00(小中学生)

19:30-21:00(16歳以上)

11/28 土 自分の身体を
知ろう!!

栄養講座(定員 20 名)

11:30-12:00/15:30-16:00/18:30-19:00

身体作りのための栄養講座

体組成測定会(定員 20 名)

10:00-12:00/14:00-16:00/17:00-19:00

今の自分を知る機会に!!

11/29 日 スポーツデー
無料開放!!

バドミントンタイム(定員 20 名)

9:30-17:00

時間内のうち 1 時間半まで

11/28 土 カルッツの
人気教室の
無料体験チャンス

よちよち親子 元気ファミリー

対象: 1-3 歳の親子(15 組)

9:30-10:30

わんぱく親子 体操名人

対象: 2 歳半 - 年長の親子(15 組)

11:00-12:00

キッズ体操

対象: 年少 - 年長(20 名)

13:00-14:00

ジュニア体操

対象: 小学生(20 名)

14:30-15:30

ピラティス

対象: 16 歳以上(40 名)

16:30-17:30

ヨーガ

対象: 16 歳以上(40 名)

18:00-19:00

11/29 日 ヘルスデー
カルッツで学ぶ!!

健康キャラバン(定員 25 名)

14:30-15:15

管理栄養士の健康セミナー

(総合川崎臨港病院とコラボ!!)

13:30-14:15

体チェック

13:00-16:00(15:30最終受付)

血管年齢チェック

(明治安田生命川崎駅前営業部とコラボ!!)

体組成チェック

今の自分を知る機会に!!

11/28 土 小体育室で
大規模レッスン!!

全レッスン 定員50名

対象: 16 歳以上

太極拳

9:30-10:30

健康体操

11:00-12:00

Group Fight①

13:00-13:45

ZUMBA①

15:00-16:00

ZUMBA②

16:30-17:30

Group Fight②

18:00-18:45

11/28 11/29 土・日 トレーニング室
弓道場も開放!!

トレーニング室

利用時間 午前▶9:00-12:00

午後▶13:00-16:00

夜間▶17:00-21:30

(各時間の間に換気時間が入ります)

定員: 20 名

利用時間: 1 人 1 時間半まで

弓道場

※ご利用には認定証が必要です。