

みんなでカラダにイイこと

ルミオール

健康スポーツ

LUCIOLE Health Sports Festa

フェスタ2025

家族・友達と一緒に楽しめる **VS 運動対決** から  **健康測定** まで
「カラダにイイこと」まるごと体験!

体験教室・イベントスケジュールの詳細はHP または裏面をチェック!

日程 ▶

2025.11.15

会場 ▶

守山市民体育館

開催時間 ▶

9:00~15:00

主催 ▶

公益財団法人守山市文化体育振興事業団



お問合せ ▶ 守山市民運動公園 事務局

TEL:077-583-5354 9:00~17:00

※火曜日は休館日のため、電話申込・お問合せができません
ご注意ください

HP・エントリーページ



● 参加料：無料

● 参加料：¥500

● 観覧料：無料

★ **ルシオール倶楽部・ルシオールM スポメンバー** 参加料 半額!

事前申込



定員あり(先着順)のため事前エントリーが必要な教室
→二次元コードまたは電話にて申込



室内シューズの持参が必要な教室

苦手克服!

**ジュニア・キッズの
チャレンジタイム**



13:15~15:00

(最終受付14:30)

- 跳び箱 ● 鉄棒 ● マット運動
- Aコート★ジュニアチャレンジタイム
【対 象】 小学4~小学6年生
Bコート★キッズチャレンジタイム
【対 象】 幼児(年中)~小学3年生
【受 付】 当日
【参加料】 ¥200- / 同伴者¥100-
※お子様1名につき 保護者同伴1名
※指導が受けられるものではありません

ヨガ 体験教室

(2部制)

① 9:00~10:15
② 10:45~12:00

【会 場】 大アリーナ
【対 象】 18歳以上
【定 員】 各30名
【参加料】 ¥500-
【講 師】 ichi整体院

事前申込



☆myヨガマットをお持ちの方はお持ちください

カラダの中をのぞいてみようコーナー

9:00~12:00

(最終受付11:30)

体の状態が丸裸!? ● 血流チェック
● 足型チェック

【会 場】 大アリーナ
【受 付】 当日
【参加料】 無料
【講 師】 ichi整体院

フィジカル 測定会

9:30~11:00

(最終受付10:45)



- 上体起こし
 - 反復横跳び
 - 立ち幅跳び
 - 長座体前屈
 - 腕立て伏せ
 - 握力
- 【会 場】 多目的アリーナ
【対 象】 小学生以上
【受 付】 当日
【参加料】 無料

狙うは1位!!

友だち・家族でのご参加大歓迎!

ルシオール倶楽部会員
ルシオールM²スポメンバー

**参加料
すべて
半額!**



スポーツチャンバラ 体験教室

一度やったらやみつきに!

① 13:00~13:50 (2部制)
② 14:00~14:50

【会 場】 多目的アリーナ
【対 象】 ①小学生の部：小学1~6年生
②一般の部：中学生~成人
【定 員】 各20名
【参加料】 ¥500-
【講 師】 滋賀県スポーツチャンバラ協会理事
羽根 健人氏

事前申込



健康体操 教室

事前申込



自分のペースで、無理なく楽しく体を動かそう!

10:00~11:30

【会 場】 弓道場
【対 象】 50歳以上の方
【定 員】 25名
【参加料】 ¥500-
【講 師】 健康運動指導士
土田 政代氏

(2部制)

① 12:45~13:30
② 13:45~14:30

【会 場】 弓道場
【対 象】 50歳以上の方
【定 員】 各25名
【参加料】 ¥500
【講 師】 健康運動指導士
土田 政代氏



事前申込



**シェイプアップカラダ
測定会**

学び のコーナー

~食べることは生きること~

★食事と生活
★スポーツ栄養
についてのコーナー

【会 場】 会議室A・B
【観覧料】 無料

