

# 瑞穂公園

## 感謝デー

2月22日(日) 9:00~15:00  
パロマ瑞穂アリーナ

参加費無料！

日頃の感謝を込めて1日楽しめるイベントをご用意しました♪

※室内シューズをご持参ください

### 発表会

#### ◆演技発表(第1競技場)

パロマ瑞穂スポーツパークが開催する新体操スクールとフラダンス教室、その他ご招待チームの発表をご覧いただけます！

#### ◆出演チーム

- ・新体操
- ・フラダンス
- ・チアダンス
- ・ダンス



#### ◆展示(2階ロビー)

- ・山崎川鳥撮会写真展示

#### ◆グルメ(1階ロビー)

瑞穂区の人気店「パン工房あすびしゃす」が出店します！



### 運動

#### ◆ユニバーサルスポーツ体験(第1競技場)

年齢・性別・障がいの有無に関わらず、だれもが楽しめるスポーツ！今回は卓球バレーに挑戦！

#### ◆親子de運動教室(第2競技場)

親子のスキンシップの時間を作りながら一緒に身体を動かします！

#### ◆走り方教室(第2競技場)

腕の振り方や走る姿勢／スタートダッシュやコーナーの走り方のコツをお教えします！



#### ◆ノルディックウォーキング(屋外)

2本のポールを両手に持ち、交互に地面をついて歩くエクササイズ！

#### ◆お散歩RUN(屋外)

会話のできる無理のないペースでランニングを楽しみましょう！

### レクリエーション

#### ◆段ボールの世界(第3競技場)

- ・段ボール迷路
- ・段ボールのあそび場

※段ボールのあそび場は休憩スペースとしてもご利用いただけます



#### ◆パーキングゲーム(3階ロビー)

レクリエーションに参加して景品をGETしよう！



※運動イベントは事前申込が必要です  
(ユニバーサルスポーツ体験を除く)

# タイムテーブル

第1競技場

第2競技場

第3競技場

3階ロビー&屋外

9:00

親子de運動教室  
(幼児)  
定員20組(40名)

10:00

ユニバーサル  
スポーツ体験



親子de運動教室  
(小学生)  
定員20組(40名)

11:00

♪ 演技発表



12:00

段ボールの世界

パーキングゲーム

13:00



走り方教室  
(小学1~3年生)  
定員50名

14:00

走り方教室  
(小学4~6年生)  
定員50名

15:00



ミズノ  
ノルディック  
ウォーキング  
②  
定員20名

お散歩RUN  
②  
定員20名

※屋外イベントは雨天中止



親子de運動教室/走り方教室/お散歩RUN/  
ミズノノルディックウォーキングは  
事前申込が必要です。(先着順)  
←こちらのQRからお申込みください

2/6(金)～応募開始

パフォーマンス交流DAY告知

開催日 2月14日(土)



時間 11:15～12:45

場所 パロマ瑞穂アリーナ第2競技場

新体操やダンス、マーチングに和太鼓演奏など  
色々なジャンルを集めました！一般観覧可・観覧無料です！

詳細は各SNSで随時更新いたします



お問い合わせ／アリーナ 受付窓口9:00～20:00

〒467-0027 名古屋市瑞穂区田辺通3-4

TEL: 052-836-8228 FAX: 052-836-8221

休場日 毎週月曜日※祝休日の場合は開場及び年末年始(12/29～1/3)

Mizuho Park

LifeSports-Our Own Park

<https://mizuho-loop.jp>