

夏だっ！体操&水遊びバトル2026

8月22日（土）9：00～13：00

＊－＊開催内容＊－＊

●8：30～9：00 受付開始

●9：00～11：00 準備運動・体操・アスレチック

・体操教室・・幼児～小学生が一緒に行える体操教室

普段のクラスでは学べない技に挑戦できるかも～！

・アスレチック・・マットや鉄棒、跳び箱等を使って、

タイムレース制としたBGオリジナルのアスレチックを実施

●11：00～11：15 休憩・着替え

●11：15～12：30 水遊びバトル

参加者全員の水鉄砲をつけて、時間制限内に相手の水鉄砲を多く破ったチームが勝者とし、トーナメント制で優勝に突き進んでいきます。

※守ってもらいたいこと！・・・水鉄砲は顔から下へ当ててね

●12：30～12：45 休憩・着替え

●12：45～13：00 菊池講師 & 山上講師によるパフォーマンス☆

場所：幸手市B&G海洋センター

料金 1人1,500円（保険代含む）

人数：40人（先着順）

持ち物：【体操・アスレチック】運動の出来る服装、タオル、飲み物

【水遊び】水にぬれても良い服装、水鉄砲、着替え、タオル、ゴーグル（必要な方）



雨川講師と菊池講師による 保護者限定の体験教室（ご夫婦OK）

【1部】9：00～9：45 腰痛改善&脚痩せ

セルフストレッチ・体幹トレーニング

【2部】10：00～10：45 筋トレ

股関節の動きを良くする・お尻周りのトレーニング

場所：ミーティングルーム

料金：各1人500円（保険代含む）

人数：各10人（先着順）

持ち物：運動の出来る服装、タオル、飲み物

イベント・教室の様子をチェックしてね♪





夏休み企画 体操&水遊びバトル2026申込書



お子様氏名①	ふりがな
	(年中/ 歳) (年長/ 歳) 小学生 (年生/ 歳) 中学 (年生/ 歳)
お子様氏名②	ふりがな
	(年中/ 歳) (年長/ 歳) 小学生 (年生/ 歳) 中学 (年生/ 歳)
お子様氏名③	ふりがな
	(年中/ 歳) (年長/ 歳) 小学生 (年生/ 歳) 中学 (年生/ 歳)
保護者氏名	
住所	〒
電話番号	緊急時に連絡のとれる番号

【1部】腰痛改善 & 脚痩せ	【2部】筋トレ
参加者名：	参加者名：
参加者名：	参加者名：



申込方法	令和8年7月27日(月)9時~8月13日(木)受付窓口にて(先着順)
	※申込時に参加費のお支払い(自己都合による返金なし)

- 【注意事項】※下記の注意事項をお読みの上、ご署名をお願いいたします。
- ※医師により運動制限をされている方のご参加はご遠慮下さい。
 - ※ご記入された個人情報事故緊急時及びお知らせ等のご連絡以外、使用いたしません。
 - ※参加申し込み後、自己都合による返金は出来ません。
 - ※体調は自己管理となります。不安のある方は医師の診断及び許可を得てからご参加下さい。
 - ※主催者側で教室保険に加入しますが、万一の事故・怪我等については応急処置を除き、責任を負いませんので十分注意して下さい。
 - ※イベント中、風景として写真を撮らせて頂き、広報誌やSNS等に掲載させて頂きます。
 - ※参加者及び見学者は熱中症対策を十分に行ってください。

主催：シンコースポーツ㈱
問合せ：幸手市B&G海洋センター
TEL：0480-48-0220



令和 8 年 月 日
署名