

# 大田スタジアム

## 一般無料開放DAY



### Ota Stadium Open to the public

ふかふかの人工芝！プロ野球仕様グラウンドで体を動かしてみませんか？

ご持参いただいた軟式球・サッカーボール・バレーボールなどご使用OK！

※バット・硬式球は使用できません

ヨガ・ジョギング等利用法は自由です！スピードガンもご体験いただけます

※数に限りがございますが、道具の貸し出しも行っています。

#### グラウンド一般無料開放

場所：大田スタジアム グラウンド

日時：令和3年 11月28日(日)  
8:00～14:00

費用：無料

参加方法：どなたでも参加できます。大田スタジアムにお越し下さい。

スタジアムヨガ講師紹介

TACCO(酒井孝子)氏



Pelvic Floor Yoga®認定講師

骨盤底筋トレーニングヨガ指導者

bliss baby yoga 産前産後ヨガ指導者

日本サップヨガ協会認定サップヨガ指導者

ROXY fitness アンバサダー

#### 当日のイベント

#### ビーチスポーツ体験会

ふかふか人工芝の上で、ビーチスポーツを楽しもう！

内容：①10:00～『ビーサン飛ばし』②12:00～『ビーチ綱引き』※各45分程度

費用：無料

対象：4歳程度～

参加方法：当日会場申込（参加者多数の場合、順番までお待ちいただく場合があります）

#### 方スタジアムヨガ

「ふる浜ビーチヨガ」で大人気の講師TACCO氏をお招きし、子どもも大人も楽しんで体を動かせるストレッチや運動要素を取り入れたヨガをお楽しみいただきます。①11:00～②13:00～※各回45分程度

費用：無料

対象：どなたでも

参加方法：当日会場申込み ※各回先着30名様まで

※ヨガマットの貸し出しがあります（30枚）ご持参いただいたマットでも参加OKです。

・ご参加にあたり[グラウンド一般無料開放参加にあたっての同意書]のご提出をお願いいたします。

・新型コロナウイルス感染拡大予防のため、運動中以外でのマスクの着用・手指消毒・十分な距離の確保等に

ご協力ください。



お問い合わせ先：大田スタジアム 03-3799-5820

