

祝 開館10周年 祝 カモンたかいしフェスティバル タイムテーブル 2025年2月11日(火・祝)

時間	トレーニングルーム	軽運動室 (1階)		アリーナ			多目的室1 (2階)	多目的室2 (2階)	柔道場 (2階)	時間
		手前半面	奥半面	ウォーキングコース (2階)						
10:00	10:00~15:00	10:00~15:00	10:00~11:30	10:00~15:00	10:00~15:00	10:00~15:00	10:00~15:00	10:00~15:00	10:00	
10:30	多彩なマシンをご自由にお使いください。	半面	10:00~11:30 [随時参加可] ニュースポーツ1 新しいスポーツに挑戦！ 楽しさ倍増！！ わなげ・ラダーゲッター・ カローリング	お友達やご家族で！	雨・風を気にせずに ご利用いただけます ※1周約150m	お友達やご家族で！	10:30~11:30 ファンクショナルローラー ピラティス無料体験 [事前予約]	防災ベッドや防災備品の 展示を行います。また 防災シャワーもご覧 いただけます。	10:30	
11:00	<b>終日開放</b> ご利用者が多数の場合は、 安全上入場制限を行う場合が ございます。予めご了承ください。	専門の機械を使用し、 姿勢改善を図ります。	12:00~13:30 [随時参加可] PK・フリースロー フットサルでのPK、バスケッ トボールのフリースローに 挑戦！	<b>バドミントン</b> 無料開放 [事前予約]	<b>ウォーキング開放</b> ※自由にご利用ください	お友達やご家族で！	円形状のフォームローラーを使用 し姿勢を改善し身体の機能を引き 出します。	防災備品展示	11:00	
11:30		ストレッチ スペース ※譲り合って ご利用ください。	14:00~15:00 [当日整理券] バレーボール大会 グループでも個人でも 参加可能です！ みんなで盛り上がりよう！			卓球 無料開放 (10台) [事前予約]	12:00~15:00 ニュースポーツ2 ラダーゲッター等 [随時参加可]	10周年記念フォトスポットを設置。 是非記念に撮影いただき、SNSに 投稿してね♪ (#カモンたかいし) ※スタッフが撮影お手伝い致します。	祭りといえば縁日！！ 小さなお子様でも気軽に お楽しみいただけます♪	11:30
12:00		当日整理券 ピラティス ビューティー 無料体験 今流行のピラティスビ ューティー体験が できます！ お一人最大30分					新しいスポーツに挑戦！ 楽しさ倍増！！		12:00	
12:30		運動の合間や一時休憩として ご利用ください。							12:30	
13:00	※マシン利用方法・ 体組成測定アドバイスも実施 致します！								13:00	
13:30		血管年齢を無料測定！専門スタッ フによる簡易アドバイスも行いま す。先着でプレゼントございます。							13:30	
14:00	初めての方も大歓迎！ 専門のスタッフが分かり やすくお伝えします！								14:00	
14:30									14:30	
<b>その他</b>		1階テレビ前	ヤクルト協賛 無料測定会 (血管年齢) 10:00~15:00							
		アリーナ入口前	カモンたかいし開館10周年記念フォトスポット・縁日 (ヨーヨー釣り等々) 10:00~15:00							
			キッチンカー ( ※雨天・荒天時中止あり ) 設置場所当日案内							

**注意**

<卓球・バドミントン・ファンクショナルローラーピラティス>

- ・ご利用には事前予約が必要です。受付控えをお渡ししますので、当日にご持参ください。
- ・卓球、バドミントンのご利用は1グループ1時間までとなります。ただし次のご利用者がいなければ引き続きご利用いただけます。
- ・用具の貸し出しは以下となります。(数に限りがございますので、ご持参ください。)

卓球：1グループにつき卓球台1台・ラケット2本・ピン球1個

バドミントン：コート1面、ラケット2本、シャトル1個

<ピラティスビューティー>

- ・ご受講には当日整理券が必要です。整理券はフロント前にて10:00より先着順にておひとりに1枚配布します。
- ・中学生以下のご受講はできません。

<トレーニングルーム>

- ・中学生以下のご利用は保護者の同伴利用が必要です。

キッチンカーをご用意！運動でお腹を空かせたら、  
キッチンカーへ！お腹いっぱい食べてくださいね♪  
※食事場所は指定の場所でのみ可能となります。



**館内シューズは必須です！**

- ・運動しやすい服装とタオル・館内シューズを持って  
お越しください。
- ・当施設駐車場は無料開放 (9:45-15:15) となります。
- ・当日の駐車場は大変混雑致しますので、車でのご来場は  
お控えいただくか市役所の駐車場 (有料) をご利用  
ください。

ご不明な点は施設まで  
お気軽にお問い合わせ  
ください。



カモンたかいしHP

上記”事前予約”表記の居室は**事前予約が必要**となります。  
<予約可能日> 2025年1月18日(土) ~  
フロント・電話にて(先着順) ☎072-263-2622

※諸般の事情により、実施内容が当日急遽変更・中止となる場合がございます。予めご了承ください。