

出版健康保険組合

健康フェスティバル2022

日時

10月2日(日)

受付9:00 開会10:00 終了15:00

会場

さいたまスーパーアリーナ コミュニティアリーナ

*受付はアリーナ1階S1ゲートにお越しください。

アクティブエリア



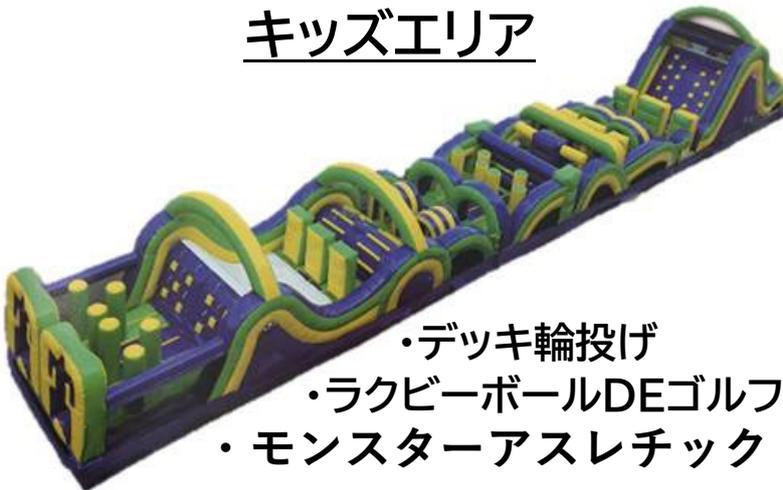
- ・和太鼓演奏
- ・超ラジオ体操(谷本道哉氏)
- ・キャッチボール
- ・抽選会
- ・ウルトラマンデッカーショー
- ・笑顔の体操
- ・太極拳
- ・ダンス

チャレンジエリア



- ・30mタイムアタック
- ・キックターゲット
- ・ディスクゴルフターゲット
- ・力自慢コンテスト(握力)
- ・30秒チャレンジ
 - ①テニスボール積み
 - ②ストップ10秒
 - ③スタンドアップクルリン

キッズエリア



- ・デッキ輪投げ
- ・ラグビーボールDEゴルフ
- ・モンスターアスレチック

測定エリア



- ・体組成測定(InBody)
- ・肌年齢測定
- ・血管年齢測定
- ・動体視力測定

アクセス



さいたま新都心駅から

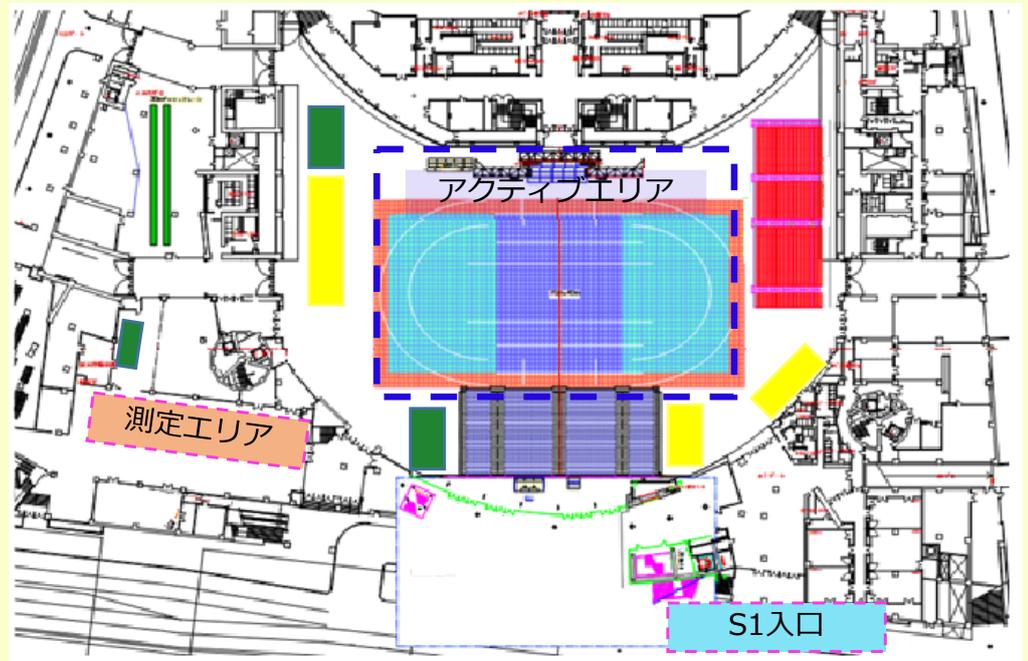
Cゲート前に行きましたら
近くの階段で1階のS1へ
向かってください。



【スケジュール】

TIME	全体		アクティブ		チャレンジ	キッズ	健康測定	TIME
			ステージ	フィールド				
7:00 30								7:00 30
8:00 30								8:00 30
9:00 30	受付							9:00 30
10:00 30		景品交換	オープニング 筋肉体操	和太鼓演奏	チャレンジ	キッズ	健康測定	10:00 30
11:00 30				スポーツタイム1				11:00 30
12:00 30			抽選会 キャラクターショー					12:00 30
13:00 30			笑顔の体操	スポーツタイム2				13:00 30
14:00 30			ダンス・エンディング					14:00 30
15:00 30	解散							15:00 30

【会場レイアウト】



【ステージ主なゲストのご紹介】



【谷本道哉】

「筋肉は裏切らない」で流行語大賞にもノミネートされたNHK「みんなで筋肉体操」、「あさいち」などTVでも運動の効果を知りやすく解説している谷本道哉さんが来場！！



【和太鼓グループすわんどGOLDEN TIMES】

すわんどで講師を務めるプロの和太鼓奏者で構成されたグループです。個性豊かなメンバーが奏でる太鼓の響きをお楽しみください。



【地曳寛子】

全日本柔拳連盟 会長、(財)日本太極拳協会 会長
中華武術日本誠明会 会長、日本中華國術總會 会長

より健やかにより美しく願う皆さまに太極拳のすばらしい効果をお伝えします。



【木下祐一】

横浜マラソンをはじめ全国各地の様々なマラソン大会でも、救命救急ランナー&メンタルアドバイザーとしても活躍し大人気の予約の取れない運動・体操指導者。

親子で参加する笑顔の準備体操はお子様にも大人気！！

【WORLD HIPHOP DANCE CHAMPIONSHIP2022】 世界大会 優勝！

KANA-BOON!

世界大会2回目めの2連覇を達成した
世界発のダンスチーム参上！！



【チャレンジエリア】



30mタイムアタック



キックターゲット



ディスクゴルフターゲット

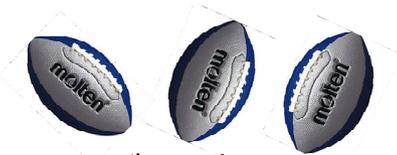


チカラ自慢コンテスト

【キッズエリア】



約30mのアスレチック



ラグビーボールDEゴルフ



輪投げ・コイン落とし

【測定エリア】



体組成測定



動体視力測定



血管年齢測定



肌年齢測定