

クラブ体験内容と持ち物 ※クラブ体験をされる場合、タオル・水分・着替えは各自で準備してください。

	クラブ名	体験内容	持ち物
午前の部	柔道（男子・女子）	寝技、立ち技の乱取り練習をします。	柔道着又は体操服
	サッカー（男子）	高校生と練習	競技できる服装・スパイク
	バレーボール（男子・女子）	高校生と練習	競技ができる服装・体育館シューズ
	美術（男子・女子）	錫（スズ）で指輪を作ろう。やわらかい金属の錫を使ってオリジナルの指輪を制作します。	特になし
	ダンス（男子・女子）	ロック、ポップ、ワックを中心にレッスンを行います。未経験者も大歓迎です。	動きやすい服装・室内シューズ
	カヌー（男子・女子）	プールにてカヌー体験・陸上でのマシーントレーニング	体操服（濡れてもよい服）・タオル
午後の部	ラグビー（男子・女子）	ラグビーの基本練習、タッチフットなどを行います。	動きやすい服装（体操服可）・運動靴
	剣道（男子・女子）	剣道における基本動作	運動ができる服装・あれば剣道具一式