

和歌山ビッグ愛・ビッグホール・ビッグウエーブ 7月催事案内

2 (水) ビッグ愛展示ホール 入場無料	ウィッグユキ 展示会 ■時間 10：00～16：00 ■主催 株式会社ユキ 0120-20-3020	4 (金) ビッグ愛大ホール 展示ホール 入場無料	第8回和歌山県けんさんぴん 建設資材フェア ■時間 10：00～17：00 ■主催 和歌山県産品建設資材登録業者連絡会 0736-64-8099
5 (土) ビッグウエーブ 有 料	アスレチックアカデミー (小学生対象) ■時間 13：30～15：00 ■主催 (公財)和歌山県スポーツ振興財団 和歌山ビッグホール・ビッグウエーブ 073-433-0035	5 (土) ビッグホール 軽運動場 関係者のみ	和滋戦 卓球交流試合 ■時間 11：00～17：00 ■主催 和歌山大学 卓球部 080-8694-0424 (遠藤)
8 (火) 9 (水) ビッグ愛展示ホール 入場無料	ASMILE・SMILE FAIR2025 ■時間 10：00～17：00 ■主催 ASMILE株式会社 073-446-4300	8 (火) ビッグ愛大ホール 入場無料	令和7年度第1回 福祉・介護・保育の就職フェアわかやま ■時間 13：00～16：00 ■主催 和歌山県社会福祉協議会 073-435-5211
9 (水) ビッグウエーブ 対象者限定	マイナビ進学ライブ 和歌山会場 ■時間 10：00～16：00 ■主催 株式会社マイナビ 06-4802-1308	12 (土) 13 (日) ビッグ愛展示ホール 関係者のみ	日本臨床工学技士会 告示研修 ■時間 12日12：20～19：00 13日9：20～14：45 ■主催 公益社団法人日本臨床工学技士会 050-5444-9129
13 (日) ビッグウエーブ 入場無料	第34回全国小学生バドミントン選手権大会 和歌山県予選会 ■時間 8：00～(予定) ■主催 和歌山県小学生バドミントン連盟 090-9864-0624 (吉川)	15 (火) 16 (水) ビッグ愛大ホール 展示ホール 招待制	和歌山メガネフェア ■時間 15日10：00～19：00 16日10：00～18：00 ■主催 株式会社 パリミキ 0736-61-3012
16 (水) 17 (木) ビッグウエーブ 対象者限定	KITATANI SWEETS FESTA 2025 ■時間 9：00～(16日・17日) ■主催 株式会社キタタニ 073-464-2111	18 (金) ビッグ愛大ホール 関係者のみ	令和7年度和歌山下津港 検疫感染症総合措置訓練 ■時間 13：00～15：00 ■主催 大阪検疫所和歌山下津出張所 06-6571-4312
19 (土)～ 21 (月・祝) ビッグ愛大ホール 入場無料	サマーコンサート ■時間 19日14：00～ 20,21日9：30～ ■主催 服部楽器株式会社 073-488-1808	20 (日) ビッグウエーブ 有 料	第29回紀の国クラトキKOボクシング ■時間 12：30試合開始 ■主催 クラトキボクシングジム 090-3275-1145 (原田)
20 (日) ビッグウエーブ 関係者のみ	和歌山県空手道連盟 練習会 ■時間 9：00～17：00 ■主催 和歌山県空手道連盟 090-5365-7394 (津本)	21 (月) ビッグ愛展示ホール 入場無料	地域とつながる！こどもまつり ■時間 13：30～16：00 ■主催 (特非)Peer心理教育サポートネットワーク 080-4367-4286
25 (金) ～27 (日) ビッグホール ビッグウエーブ 入場無料	第43回全日本レディース バドミントン選手権大会 ■時間 9：00～ (但し、7/27はビッグホールのみ) ■主催 和歌山県レディースバドミントン連盟 090-9113-9140 (早)	26 (土) ビッグ愛大ホール 入場無料	にも包括の構築に向けて法改正で変わる支援のかたち ■時間 13：30～16：30 ■主催 家族依存から社会的支援に向けて進める会 073-487-5560
28 (金) ～8/6 (水) ビッグホール ビッグウエーブ 入場無料	azzurro WAKAYAMA FESTA 2025 ■時間 9：00～ 但し、7/28～8/2はビッグウエーブのみ ■主催 azzurro 090-5050-3188 (中尾)	30 (水) ビッグ愛大ホール 事前申し込み	採用力向上セミナー ■時間 13：30～16：00 ■主催 サンケイ広告 ユーロード事業部 073-432-1321

※催事内容等については主催者に直接お問い合わせください。

スッキリのびのび 健康体操

7月11日
(金曜日)

13:30~14:30

簡単でやさしい体操を行います
膝や腰に負担をかけず
運動不足を解消しましょう!



【場 所】和歌山ビック愛 6階スポシールーム
【参加料】各回 1,000円
【講 師】三宅 令子先生
【定 員】各 20名 (先着順)
【持ち物】ヨガマットもしくはバスタオル等の敷物、飲み物
※無料貸出ヨガマットあります

コアバランスヨガ

呼吸と体幹を意識したバランスポーズで
コア(体幹軸)を鍛えましょう

7月17日
10:00~11:00 (木曜日)



場 所 和歌山ビック愛 6階スポシールーム
参加料 各回1,200円 講 師 辻須美代先生
定 員 各25名 (先着順) 持ち物 ヨガマット、飲み物
※無料貸出ヨガマットあります

ニュースポーツ教室

室内ペタンク

7/16(水)・7/30(水)

13:15~14:45 (受付13:00~)

【会 場】和歌山ビックウエーブ武道場

【参加料】1日500円

【定 員】30名

【持ち物】運動のできる服装、上靴
飲み物、汗拭きタオル



【申込み】6/4(水)~ビックホエールにて
電話申込み(先着順)

※参加料は当日受付でお支払いください。

【指 導】高井直美・土井敏弘

(公益財団法人和歌山県スポーツ振興財団)

室内ペタンクってどんなの? 初めての人でも大丈夫! めっちゃ楽しい~!

年齢を問わず、誰でも手軽に楽しめるスポーツです。
ルールは野外でおこなうペタンクと同様です。
赤いサークルの中から、黄色の標的球(ビュット)に向かって
ボールを投げ、より近づけることによって得点を競うスポーツです。
思い通りの投げ球ができた時や作戦が的中した時には
この上ない爽快感があります

簡単なルールを記載しておりますのでご覧ください→

室内ペタンクの簡単ルール

- ① 競技者を2チームA・Bに分け、それぞれ赤と青のボールを持ちます。
- ② A・B両チームの代表者がジャンケンをし、仮にAが勝ったとすると
- ③ Aチームが赤いサークルを置いて、その中から標的球(黄色いボール)を転がすように投げます。
距離は、サークルから6m以上、10m以内に投げます。
- ④ 続いて、Aチームが標的球にできるだけ近づけるように送球します。
- ⑤ 次に、Bチームが標的球にできるだけ近づけるように送球します。
- ⑥ 次に、標的球から遠いボールのチームが送球します。
- ⑦ 同様に次も、標的球から遠いボールのチームが送球します。
つまり、相手のチームのボールより近くなるまで、投げ続けます。
- ⑧ 片方のチームがボールを全て投げ終わり、もう片方のチームに残りのボールがあれば、得点をアップするためにそのボールを送球します。
- ⑨ A・B両方のチームが投げきって、1セットが終了します。
- ⑩ 標的球から最も近いチームのボールの数(相手のチームのベストボールより近いボール)が得点となります。