

特集

横浜元気!! スポーツ・レクリエーション フェスティバル2016

スポーツの秋、
スポレク2016に
行こう!

今年も9月から11月にかけて、横浜市全域のスポーツ施設で「横浜元気!! スポーツ・レクリエーションフェスティバル2016」(通称:スポレク)が開催されます。

スポーツに最適なこの季節、スポーツ体験や教室、発表会、体力測定などスポーツやレクリエーションを楽しめるイベントが、36施設で開催されます。お気に入りのプログラムを探して、あなたも参加してみませんか!

協力●横浜スポーツ・レクリエーションフェスティバル実行委員会

編集●森山明(公益財団法人横浜市体育協会)

スポレク中央イベント

日時
会場

10月10日(月・祝) 10時~15時(予定)
新横浜公園(日産スタジアム・スポーツ医科学センター等)

新横浜駅から徒歩12分、日産スタジアムを始め9つのスポーツ施設がある新横浜公園で中央イベントを開催します。70haの広大な公園で繰り広げられる当日参加可能なプログラムの数は20以上! 時間と体力の許す限り楽しんでください。

◆当日参加できるプログラム

● 横浜マラソンPRイベント

● タグラグビー

● ポニーと遊ぼう

● スポーツチャンバラ体験



● えんにち(わなげ等ミニゲーム)

● インラインスケート体験

● 謎解きラリー[海賊を探せ]

● オリエンテーリング



● 体力測定

● 消防車両展示

● 踊り発表会

● ガチシリーズ(食販)



● ストリートラクビー

● 登山・ハイキング体験型イベント

● 資源循環局ブース

● ウォーキングポイントPRブース

● 車椅子バスケットボール体験会

● 健康診断

※事前申し込みの必要なプログラムの受付はすでに終了しています。

※写真は昨年度のイベントの様子です。

その他の施設イベント

各施設の特色を活かしたさまざまなイベント・体験会が催されます。その一部を紹介します。

スポーツセンター定番教室を無料で

普段の教室プログラムを無料体験できたり、利用者による発表会、その他施設ごとに特色のあるイベントを開催しています。

- さわやかスポーツ体験会
- フィットネス・ダンス体験
「ピラティス」「ヨガ」「バレトン」「ズンバ」など
- 体力測定
- スポーツサークル等の発表会
- トレーニング室無料開放や卓球・バトミントン個人利用(無料)
- キンボールを体験しよう(磯子SC)
- スラックライン(戸塚SC)
- 絵手紙を描こう(金沢SC・港南SC)



さわやかスポーツ
シャッフルボード



バレトン

ピザやせんべいを作ってみよう

野外活動センターではピザ・せんべい・焼き鳥などを薪や炭火で作る体験イベントを行います。ご自身で作ったできたての味をお楽しみください。



せんべい焼き

オリンピック・パラリンピアンがやってくる

オリンピック・パラリンピック出場経験者を先生に迎えて教室・イベントを開催します。



田中光さん(アトランタオリンピック体操競技出場)による昨年度の指導の様子(中SC)

※オリンピック事業は事前申込みのため多くは締め切っていますが、都筑スポーツセンターの事業は10/15から受け付けます。詳しくはホームページをご覧ください。[URL http://www.yzpc.or.jp/tsuzuki_sc_ysa/](http://www.yzpc.or.jp/tsuzuki_sc_ysa/)

屋内プール施設では

普段、体験できないプログラムに加えて、プール以外の教室も行われます。



- ウォーターバルーン(都筑プール)
- アクアチューブ(リネツ金沢)
- 親子ジョギング教室(栄プール)
- 簡単エアロビクス(旭プール)



私たちにとって、
地域社会は
かけがえのない
パートナーです。

Coca-Cola East Japan

コカ・コーライーストジャパン株式会社

<http://www.ccej.co.jp>

Coca-Colaとコカ・コーラは、*The Coca-Cola Company*の登録商標です。

<p>9月 SEPTEMBER 開催イベント</p> 	<p>25日 南スポーツセンター (日)</p> <p>バレトン、カーディオキック、 バレエストレッチ、 リセットヨガティス、 弘明寺商店街出張販売 他</p>  <p>TEL 045-743-6341</p>	<p>10月 OCTOBER 開催イベント</p> 
<p>2日 保土ヶ谷スポーツセンター (日)</p> <p>ソフトヨガ・ズンバ、 脳トレエクササイズ、 ルーシーダットン、 インラインスケートフリー滑走 他</p>  <p>TEL 045-336-4633</p>	<p>2日 旭スポーツセンター (日)</p> <p>フレスコボール、 タグラグビー、 チャレンジフェンシング体験、 和のアロマ〜クラフト作り 他</p>  <p>TEL 045-371-6105</p>	<p>2日 緑スポーツセンター (日)</p> <p>体験教室(ひばりエクササイズ他)、 工作教室、スタンブラリー、 パン等物品販売 他</p>  <p>TEL 045-932-0733</p>
<p>10日 都筑プール (月・祝)</p> <p>ウォーターバルーン、 ストレッチ&水中運動教室 他</p>  <p>TEL 045-941-8385</p>	<p>10日 くろがね野外活動センター (月・祝)</p> <p>さわやかスポーツ体験、 せんべい焼き体験、 クラフト体験、 駄菓子屋コーナー 他</p>  <p>TEL 045-973-2701</p>	<p>10日 神奈川スポーツセンター (月・祝)</p> <p>スポーツ鬼ごっこ、 ポールストレッチ・骨盤エクササイ ズ、レットライボクサタイム12、 ズンバ、ピラティス 他</p>  <p>TEL 045-314-2662</p>
<p>10日 たきがしら会館 (月・祝)</p> <p>ダンス無料体験、 卓球無料開放、 ダンスパフォーマンス</p>  <p>TEL 045-752-4050</p>	<p>10日 旭プール (月・祝)</p> <p>簡単エアロビクス、 腰痛改善ストレッチ教室、 卓球台無料貸出</p>  <p>TEL 045-953-5010</p>	<p>10日 保土ヶ谷プール (月・祝)</p> <p>卓球無料開放、 ロコモ体操</p>   <p>TEL 045-742-2003</p>
<p>10日 青葉スポーツセンター (月・祝)</p> <p>ダンス祭、 正しいラジオ体操</p>   <p>TEL 045-974-4225</p>	<p>16日 港南スポーツセンター (日)</p> <p>はっち祭(工作、おみこし等)、 港南地区センター合同発表会、 足型測定、健康プログラム、 絵手紙等もの作り体験 他</p>  <p>TEL 045-841-1188</p>	<p>16日 戸塚スポーツセンター (日)</p> <p>無料個人利用(卓球・バドミント ン・弓道・トレーニング室)、 膝乗体操体験教室、 こどもわくわくサーキット 他</p>  <p>TEL 045-862-2181</p>
<p>23日 中スポーツセンター (日)</p> <p>[9/27から募集開始]元ベイス ターズ選手による野球教室(小学 生対象)、あそび場スタンブラリー & 高齢者疑似体験 他</p>  <p>TEL 045-625-0300</p>	<p>23日 リネツ金沢 (日)</p> <p>アクアチューブ、風呂の日、 みんなで作ろう!ハロウィンバス ケット</p>  <p>TEL 045-789-2181</p>	<p>30日 都筑スポーツセンター (日)</p> <p>[10/15から募集開始]オリン ピアンによる瞬間的スピード走 法クリニック、バルーンアート ショー、 コリハリ改善 他</p>  <p>TEL 045-941-2997</p>

※当日参加できるプログラムを中心に掲載しています。 ※各施設、事前申込みが必要なプログラムの実施もございます。すでに終了しているものもありますが、詳細は各施設のホームページでご確認ください。



“遊びが集まる場所”に、いつも。

人と人が集うとき、遊びと笑顔が生まれるとき…
いつもそばにいるのが、私たちセレスポです。
人と人をつなぎ、あらゆるコミュニケーションを支える
イベント・ソリューション・パートナーとして
感動、驚きをカタチにしています。

セレスポ

www.cerespo.co.jp

JAAF
セレスポは日本体育協会上級指導員の
オフィシャルスポーツセンターです。

1日～
(土) 31日
(月) **栄プール**

プライベートレッスン(割引)、
無料体験教室(水泳・体操) 他



TEL 045-891-2110

2日
(日) **横浜文化体育館**

測定会(足型測定・体組成測定)、
[事前申込]トップアスリートと
一緒に体を動かそう



TEL 045-641-5741

2日
(日) **鶴見スポーツセンター**

TSURUMI★ショータイム(観
覧可能)、投げ方・走り方教室、
グループキック教室、
アイロンビーズ工作 他



TEL 045-584-5671

8日
(土) **横浜国際プール**

定期教室参加者によるヒップホッ
プダンス発表会、
サックス発表会 他



TEL 045-592-0453

8日
(土) **磯子スポーツセンター**

キンボールを体験しよう、
ひばりエアロビクス、
日体大体操部による演技、
体力測定・ロコモ度チェック 他



TEL 045-771-8118

9日
(日) **栄公会堂・**
10日
(月・祝) **栄スポーツセンター**

[10/9]親子アスレチック広場、
ファンクショナルトレーニング、
茶道入門 他
[10/10]神奈川フィルコンサート



TEL 045-894-9503

10日
(月・祝) **金沢スポーツセンター**

ラクラク骨盤体操、
ストレッチポールタイム、
絵手紙体験 他



TEL 045-785-3000

10日
(月・祝) **泉スポーツセンター**

泉区体協30周年泉区民スポー
ズフェスティバル、
さわやかスポーツ体験、
トレーニング室無料開放 他



TEL 045-813-7461

10日
(月・祝) **平沼記念体育館**

フットサルミックス交流大会、
フラダンス教室発表会、
ヨガ体験、ズンパ体験、
ピラティス体験 他



TEL 045-311-6186

10日
(月・祝) **鶴見川漕艇場**

ボート・カナディアンカヌー体験会、
ボート・カヌー半額開放



TEL 045-582-8680

10日
(月・祝) **横浜銀行アイスアリーナ**

一般営業開催中、
親子スケート教室(事前申込みの
ため、受付は終了しています)



TEL 045-411-8008

10日
(月・祝) **横浜武道合同演武会**
(南スポーツセンター)

横浜武道合同演武会(合気道、
柔道、日本拳法、空手道、少林寺
拳法、弓道、太極拳、なぎなた、相
撲、剣道の演武と体験コーナー)



TEL 045-640-0055

16日
(日) **瀬谷スポーツセンター**

瀬谷区スポーツフェスタ、
足型測定会、ベリーダンス、
ボディシェイプエアロ、
コアコンディショニング 他



TEL 045-302-3301

16日
(日) **西スポーツセンター**

プール水中宝探しゲーム、
グルメフェア・抽選会、
地域交流ブース、
スタンプラリー 他



TEL 045-312-5990

16日
(日) **三ツ沢公園**
野外活動センター

石釜でミニピザづくり、
焼き鳥・おせんべい作り、
ポニーふれあい体験、
ネイチャーゲームで遊ぼう 他



TEL 045-314-7726

11月
NOVEMBER
開催イベント



6日
(日) **こども自然公園**
野外活動センター

炭火焼・クラフト、
駄菓子屋さん・ポニー乗馬、
道志村PRコーナー



TEL 045-811-8444

6日
(日) **港北スポーツセンター**

球技タイム、エンジョイテニス、
Inbody測定会、
昔遊び、パン小物販売 他



TEL 045-544-2636

5F スキー専用

**4F ベースボール
ソフトボール**

**3F ヴォレー
ラケットボール
バレーボール**

**2F テニス
バドミントン
スイミング**

**1F ランニング
ドジャックコート
スポーツウェア**



パシオン横浜店

↓↓★各種修理・測定・マーキング!プロにお任せ下さい!★↓↓

**足型測定**

**ガット張り**

**圧着マーキング**

**マシンメンテナンス**

**チームウェア大募集!!
5人以上で特別割引!!**

ユニホーム・トレーニングウェア
Tシャツ・ウインドウズ など

〒221-0056
神奈川県横浜市神奈川区金港町6-22
TEL. 045-440-0700
RI. 045-440-0701

[営業時間] 平 B:AM10:30~PM8:00
年中無休 土日祝:AM10:00~PM8:00

とぎわスポーツHP
詳しくは下記のアドレスへアクセスして下さい。
<http://www.tokiwa-sports.co.jp>

とぎわスポーツ click

[アクセス] 電車 JR横浜駅北改札、きた東口A出口徒歩2分
車 国道1号線沿い、金港町交差点角



バスシオン横浜店
JR 東海線 横浜駅
駐車場はございません