



事前申込

Y.S.C.C. サッカー教室

12:00~13:15 ●対象:小学1~4年生 ●定員:50名

Y.S.C.C.のコーチに教わって、ボールと仲良くなるう!!



うまくなりたい!!



横浜 元気!!

横浜市 旭スポーツセンター

日頃の感謝を込めて、参加無料のイベントを多数ご用意しました! ぜひご来館ください!



キャプテンわん (C)ゆず華/(公財)横浜市体育協会

事前申込

バドミントン教室

①9:00~9:50 ●対象:小学3~6年生/定員:50名
②10:00~10:50 ●対象:中学生/定員:50名

オリンピック出場経験者「森久子さん」が上達する方法をわかりやすく指導します。



森久子さん

かながわアスリートネットワークとは、県内スポーツ関係著名人やプロスポーツ選手、国体出場選手等により構成された、本県のスポーツ振興に貢献する事を目的とする組織であり、森久子氏は同ネットワークメンバーです。

事前申込

野球教室

14:00~15:30

●対象:小学生 ●定員:50名

元横浜DeNAベイスターズの選手に野球がもっとうまくなるコツを教わろう!!



スポーツ・レクリエーションフェスティバル 2018

10/7日 7:30~17:00

プログラム参加無料

※一部有料プログラムあり

詳細は裏面へ

事前申込のご案内

事前申込 このマークがついている教室は、事前の予約が必要です。

9月7日(金)14:00より 電話または直接来館にて受付(先着順)

お電話 045-371-6105

さわやかスポーツ

子供から大人までポッチャを体験!

詳細は裏面へ

健康で楽しい・美しい教室

- ① 闊の太極舞
- ② タークサイドZUMBA
- ③ 暗黒FITNESS
- ④ キャンドルヨガ
- ⑤ 天使の羽 肩甲骨ヨガ
- ⑥ キアダンス教室
- ⑦ 魅惑のタヒチアンダンス

横浜とエコレオのチャリダーによる教室!!



©B-CORSAIRS/T.Osawa

事前申込

アシックスによる足形計測&ウォーキング教室

●対象:16歳以上 ●定員:各25名

(1部)13:00~(2部)14:30~

参加費 ¥1,000

アシックスによる足型測定とウォーキング講座です。これを機に正しい歩き方、正しい靴の選び方を知りましょう



指定管理者:公益財団法人 横浜市体育協会

横浜市旭スポーツセンター

〒241-0011 横浜市旭区川島町1983番地

TEL. 045-371-6105

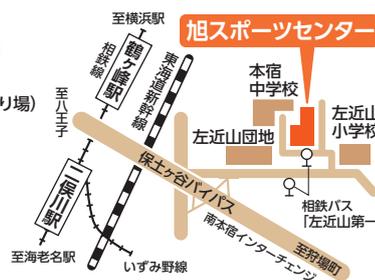
FAX. 045-382-8044

■開館時間
平日:9:00~23:00
土日祝:7:30~21:00
■休館日 第3月曜日(祝日の場合は翌日)

横浜市旭スポーツセンター 検索 http://www.yspc.or.jp/asahi_sc_ysa/

交通案内

- 相鉄線「二俣川駅」、「鶴ヶ峰駅」下車...徒歩20分
- 相鉄線「二俣川駅」(南口1番乗り場)から相鉄バス 左近山団地、東戸塚駅他で「左近山第1」下車...徒歩3分
- 駐車場/有料 50台
2時間...300円
以降30分ごと...50円



個人情報の取扱いについて

- 1 事業者の名称 公益財団法人 横浜市体育協会
- 2 個人情報の利用目的 ご記入いただいた個人情報は、お申し込みされたスポーツ教室にかかわる参加当落や開催中止等の連絡、参加料管理、名簿作成、健康状態把握、過去の教室参加履歴確認、傷害保険加入、新規教室及びイベント事業のご案内のために利用します。
- 3 個人情報第三者提供について ご記入いただいた個人情報について、第三者へ提供することはありません。
- 4 個人情報の取扱いの委託について ご記入いただいた個人情報の取扱いについて、事業の必要性により、利用目的の範囲内で業務の全部又は一部を外部に委託する場合があります。業務委託先に関しては、個人情報の適切に取扱っていると認められる委託先を選定し、規約において個人情報の適正・機密保持などの個人情報の漏

- えい防止に必要な事項を取り決め、適正管理の実施を義務付けます。
- 5 個人情報の開示等及び問合せについて 当協会が保持する個人情報の利用目的の通知・開示・内容の修正・追加または削除・利用の停止・消去および第三者への提供の停止に応じる窓口は、7の問合せ先と同じです。
- 6 個人情報をご提供頂かない場合の取扱い 必要事項をご記入いただけない場合、お申し込みできない場合があります。
- 7 当協会の個人情報取扱いに関する苦情、相談等のお問合せ先
個人情報保護管理責任者 公益財団法人横浜市体育協会 事務局長
お問合せ窓口 総務部総務課 電話045-640-0011 FAX045-640-0021

横浜
元気!!

スポーツ・レクリエーションフェスティバル2018

プログラム参加無料

※一部有料プログラムあり

ご注意事項

- 各プログラムは定員になり次第、締め切ります。
- 運動プログラムに参加の際は、運動に適した服装・室内シューズ・タオルをご持参ください。
- 健康上不安のある方は、予め医師の許可を得てからご参加ください。
- 当日、内容や時間に変更のある場合がございますので、ご了承ください。
- マークのあるプログラムは、室内シューズ不要でご参加いただけます。



健康で 楽しい・美しい 教室7選

当日受付

●プログラム15分前から
各室場前にて受付

闇の太極舞 9:00~9:50

太極拳の動きと呼吸法を取り入れ音楽に合わせて踊るエクササイズです。

■対象:16歳以上
■定員:40名



ダークサイド ZUMBA 10:00~10:50

暗闇の中でラテン系の音楽にあわせて思い切り踊りましょう!

■対象:16歳以上
■定員:40名



暗黒FITNESS 11:00~11:50

暗闇の中で格闘技の要素を取り入れ思い切り身体をうごかします。

■対象:16歳以上
■定員:40名



キャンドルヨガ 12:00~12:50

初めての方でも安心して参加できるヨガのクラスです。これを機にヨガを始めてみませんか?

■対象:16歳以上
■定員:40名



天使の羽 肩甲骨ヨガ 13:00~13:50

肩や背中周りを中心に柔らかくし、整えていきます。姿勢改善や体循環が良くなるなどの効果があります。

■対象:16歳以上
■定員:40名



チアダンス教室 14:00~14:50

Bリーグ 横浜ビー・コルセアーズのチアチーム「B-ROSE」によるチアダンス教室。楽しく元気に踊りましょう。

■対象:小学生
■定員:30名



(C)B-CORSAIRS

魅惑の タヒチアダンス 15:00~15:50

お腹と下半身を主に使って踊っていきます。ゆっくりと動かすことでインナーマッスルも鍛えられます。ポリネシア系の音楽に合わせて楽しく踊っていきましょう。

■対象:16歳以上
■定員:40名



9/7より事前受付

個人利用無料

トレーニング室 無料開放

7:30~20:50



*終日無料でご利用いただけます。



卓球・バドミントン 利用無料

17:00~20:50

*ラケット・ボール・シャトル等は
ご持参ください。



さわやか スポーツ体験

9:00~12:00



子供から大人まで気軽に楽しめるパラリンピック種目ポッチャなどを体験しよう!

当日受付

ロビー販売

10:00~14:00



地域作業所による軽食販売
(パン・炊き込みご飯など)

スケジュール \ 10/7(日) はみんなで1日たっぷりスポーツを楽しもう! /

キャプテンわん
(C)ゆず華/(公財)横浜市体育協会

	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00~20:50
第一体育室			バドミントン教室			Y.S.C.C. サッカー教室		野球教室			一般開放
第二体育室			さわやか					ウォーキング教室			個人利用
第三体育室			闇の太極舞	ダークサイド ZUMBA	暗黒 FITNESS	キャンドル ヨガ	天使の羽 肩甲骨ヨガ	チアダンス 教室	魅惑の タヒチアダンス		一般開放
研修室			インボディ測定会								一般開放
ロビー			地域作業所による即売会								
トレーニング室	トレーニング室 終日無料開放										

お問合せ

TEL.045-371-6105

旭スポーツセンター まで