

当日受付のイベントのご案内

当日受付教室体験会

実施会場: 第3体育室 対象: 16歳以上~
定員: 各回20名

🕒 8:00 - 11:45 (各回 45分)

磯子スポーツセンターで人気のヨガ、ピラティス、エアロビクス、ZUMBAの各教室を無料で体験できます。

元気にキッズ体操

実施会場: 第2体育室 事前募集(当日参加可)
対象: 年中~小学1年生

🕒 11:30 - 12:30 (時間内の出入り自由)

リズムジャンプやマット運動など各種運動に自由にご参加いただけます。

さわやかスポーツランド+体力測定会

実施会場: 第3体育室
対象: 全員

🕒 13:30 - 15:30 (時間内の出入り自由)

グランドゴルフや輪投げ、ナインボールなど誰でも参加できるスポーツを体験できます。体力測定会を同時に実施しています。みなさまのご参加お待ちしております☆

健康コーナー

実施会場: フリースペース 対象: 全員

🕒 13:00 - 15:30 (時間内の出入り自由)

接骨院の先生による施術スペース。どなたでもお気軽にお立ち寄りください。

認知症・介護相談コーナー

実施会場: ロビー奥側 対象: 全員

🕒 13:00 - 15:00 (時間内の出入り自由)

認知症予防や介護予防などに役立つお話、脳トレーニングを実施します。

個人利用

場所: 第2体育室

🕒 7:30 - 9:00, 17:00-21:00

無料開放。バドミントン(2面)・卓球(5台)の個人利用できます。

トレーニング利用

場所: トレーニング室

🕒 7:30 - 21:00

1年に1度だけの終日無料開放。

すぎたからつな5♡スタンプラリー開催
スタンプを集めて抽選に参加しよう!!

他にもイベント盛りだくさん! ぜひお越しください☆

**参加
無料**

スポーツ レクリエーション フェスティバル 2018

10.20.Sat

@磯子スポーツセンター

タイムスケジュール

ISOGO de ショータイム

🕒 10:00 - 12:00

日頃の練習の成果をぜひこの機会に発表してみませんか。当日の観覧自由です☆
別途、募集要項あり。

出演団体事前募集	場所: 第一体育室
募集: 5~6団体	対象: 全員

テニスにチャレンジ

🕒 13:00 - 14:30

基礎から学べるのでテニスの経験がなくても安心して参加できます。

事前募集	場所: 第一体育室
定員: 30名	対象: 小学4~6年生

プロから学ぶ! サッカー教室

🕒 9:30 - 11:00

現役のフットサル選手が分かりやすく指導してくれます。

事前募集	場所: 第二体育室
定員: 25名	対象: 小学3~6年生

磯子区体育協会 公益的事業

バドミントン教室①/③・卓球教室②/④

🕒 ①② 13:00 - 14:00,
③④ 14:30 - 15:30

丁寧で分かりやすい指導なので初心者でも楽しく参加できます。

事前募集	定員: 各20名
対象: ①小学1~3年生 ③小学4~6年生 ②④16歳以上~	
場所: 第二体育室	

ランニング講座

🕒 10:00 - 11:30

走り方のフォームやコツ、トレーニング方法を解説します。

事前募集	定員: 30名	場所: 新杉田公園
対象: 小学生以上。ただし小学2年生以下は親子での参加、小学3年生以上は一人で参加可		

みんなでタグラグビー

🕒 13:00 - 15:00

ラグビーのタックルの代わりにタグというヒモをとる鬼ごっこのようなスポーツです。初めての子どもでも楽しくできます!

事前募集	場所: 新杉田公園
定員: 30名	対象: 小学1~3年生

事前募集は**9月11日 午前9時**よりお電話または受付にてお申込みを開始します。

詳細は各チラシも合わせてご覧ください。

~教室に参加される方~

👉 動きやすい服装、飲み物、タオル、室内履き(靴裏がしっかりとあるもの、新杉田公園の教室は運動靴)、などご用意の上ご参加ください。

👉 教室の受付は各開始時間の15分前より開始します。

時間	第1体育室	第2体育室	第3体育室	研修室	フリースペース	トレーニングルーム	ロビー	新杉田公園
8:00~		7:30~ 9:00 卓球・ バドミントン 無料開放	8:00~ 8:45 土曜 モーニングヨガ			1日無料開放		
9:00~			9:00~ 9:45 ピラティス				9:00~ 16:00	
10:00~	10:00~ 12:00	9:30~ 11:00 プロから学べる サッカー教室	10:00~ 10:45 エアロビクス				すぎたから つな5 抽選会	10:00~ 11:30 ランニング 講座
11:00~	ISOGO de ショータイム	11:30~ 12:30 元気に キッズ体操	11:00~ 11:45 ZUMBA				ラグビー W杯 2019 展示	
12:00~								
13:00~	13:00~ 14:30	13:00~ 14:00 バドミントン① 卓球教室②	13:30~ 15:30		13:00~ 15:30 健康 コーナー		認知症・ 介護予防 相談コーナー	13:00~ 15:00 タグ ラグビー
14:00~	テニスに チャレンジ							
15:00~	15:00~ 16:45	14:30~ 15:30 バドミントン③ 卓球教室④						
16:00~	楽しい 野球教室 ※新杉田公園主催							
17:00~	17:00~ 20:50	17:00~ 20:50	17:00~ 20:50	17:00~ 20:50				
18:00~	社交ダンス タイム	卓球・ バドミントン 無料開放	団体利用	団体利用				