

# スポーツ・レクリエーション フェスティバル2018

10月21日(日) は戸塚スポーツセンターへGO!



## タイムスケジュール

会場	10:00~	13:00~	17:00~			
第1体育室	<p>①サークル発表会 10:00-12:00 (★発表団体 事前申込) (観覧者 当日9:40~受付)</p>	<p>②横浜FCと遊ぼう!! 親子サッカー教室(★事前申込) 1) 13:00-14:00 2) 14:15-15:15 3) 15:30-16:30</p>	<p>③個人利用 卓球・バドミントン 17:00-20:50 (最終受付 20:00)</p>			
第2体育室	<p>④タグラグビー 体験教室 (★事前申込) 7:45-9:15</p>	<p>⑤かけっこ教室 (★事前申込) 1) 10:00-11:00 2) 11:15-12:15</p>	<p>⑥マジックショー&amp; バルーンプレゼント 12:45-13:45</p>	<p>⑦子どもわくわく サーキットランド 14:15-15:45 (最終受付 15:30)</p>	<p>⑧クローバースポーツ クラブ体験教室 16:00-17:00 (最終受付 16:50)</p>	<p>③個人利用 バスケット 17:00-20:50 (最終受付 20:00)</p>
第3体育室	<p>⑨体験教室 のびのび体操 10:00-11:00 (15分前から受付)</p>	<p>⑩さわやかスポーツ 体験コーナー 11:30-13:00 (最終受付 12:30)</p>	<p>⑨体験教室 1) 太極舞 14:00-14:50 2) 天空大河 15:00-15:50 (各教室: 15分前から受付)</p>			
調整池 (雨天中止)	<p>⑬地域団体による販売コーナー ◆スマイルガーデン 10:00- (なくなり次第終了)</p>		<p>⑪青空ヨガ体験教室 14:30-15:20 (15分前から受付)</p>			
研修室	<p>⑫昔のあそび広場 13:00-17:00 (最終受付 16:30) けん玉×おり紙×手づくりおもちゃ×バルーンアート (協力: とつか区民活動センター)</p>					
弓道場	<p>⑬個人利用 7:30-8:50</p>	<p>⑭弓道初心者講習会 1) 10:00-12:00 2) 14:00-16:00 (★事前申込)</p>	<p>⑬個人利用 弓道 17:00-20:50 (最終受付 20:00)</p>			
トレーニング室	<p>⑮個人利用 トレーニング 7:30-20:50 (最終受付 20:00)</p>					
ロビー	<p>⑬地域団体による販売コーナー ◆パン工房アンジュ ◆とつかわかば利用者の製作物 ◆大木農園の野菜 10:00- (なくなり次第終了)</p>		<p>⑰Hau'oliさんによる 『ボディジュエリー体験』(有料: 500円) 11:00- (なくなり次第終了)</p>			

クイズラリーもあるよ!  
全部答えてくれた方には  
景品をプレゼント!

主催 横浜元気!!スポーツ・レクリエーションフェスティバル実行委員会  
(体を動かすプログラムにご参加の方は、運動のできる服装・室内シューズをお持ちください)

※プログラム内容はやむを得ず  
変更になる場合がございます。

	🎃 プログラム名 🎃	持ち物	開催時間(受付時間)	対象	定員	内容など
①	サークル発表会	観覧者のみ 室内用シューズ	10:00-12:00 (★発表団体は事前申込) ※発表団体数により終了時間が早まる場合がございます。	どなたでも	発表団体:先着10団体 (観覧者:当日9:40~ 受付)	戸塚区で活動しているサークルによる「活動発表会」です。 ★参加団体は9月17日(月)10:00から電話(862-2181)事前受付です。
②	横浜FCと遊ぼう!!親子サッカー教室	スポーツウェア 室内用シューズ	1)13:00-14:00 2)14:15-15:15 3)15:30-16:30 (★事前申込)	1)年中 2)年長 3)小学1~3年 各保護者同伴	各先着35組 (子ども1名につき 保護者1名)	横浜FCサッカースクールコーチが楽しくサッカーを教えてください。 ★9月13日(木)10:00から電話(862-2181)事前受付です。
③	個人利用 卓球・バドミントン・バスケット	スポーツウェア 室内用シューズ	17:00-20:50 (16:55-20:00)	どなたでも	混雑時は離り合っ てお使いください	通常有料の個人利用が無料でご利用いただけます。
④	タグラグビー体験教室	スポーツウェア 室内用シューズ	7:45-9:15(★事前申込)	小学生	20名	ラグビーのタックルの代わりにタグというヒモを取る鬼ごっこのようなスポーツです。 初めてでも楽しくプレイできます。★9月17日(月)10:00から電話(862-2181)事前受付です。
⑤	かけっこ教室	スポーツウェア 室内用シューズ	1. 10:00-11:00 2. 11:15-12:15 (★事前申込)	1)小学1~2年生 2)小学3~4年生	各先着30名	オリンピックによる苦手克服教室です。 ★9月13日(木)10:00から電話(862-2181)事前受付です。
⑥	マジックショー& バルーンプレゼント	室内用シューズ	12:45-13:45	どなたでも	なし	子どもも大人も楽しめるマジックショー!バルーンのプレゼントもあります。 (バルーンプレゼントは無くなり次第終了)
⑦	こどもわくわくサーキットランド	室内用シューズ	14:15-15:45 (14:15-15:30)	小学生以下と 保護者	なし	体育室いっぱいレイアウトされたサーキットで、マットや跳び箱、鉄棒などを使って楽しく遊べます。
⑧	クローバースポーツクラブ体験教室	スポーツウェア 室内用シューズ	16:00-17:00 (16:00-16:50)	どなたでも	なし	総合型地域スポーツクラブ「クローバースポーツクラブ」との連携企画です。 (種目:スラックライン・ラダーゲッター・吹き矢)予定
⑨	体験教室 1. のびのび体操 2. 太極舞 3. 天空大河	スポーツウェア 【以下のみ】 室内用シューズ タオル	1. のびのび体操 10:00-11:00 2. 太極舞 14:00-14:50 3. 天空大河 15:00-15:50 (各教室開始15分前から)	1)50歳以上 2. 3)小学生以上	各先着30名	1. 椅子に座りながらのストレッチや筋力トレーニングを行います。 2. 氣功法・太極拳・中国舞踏をミックスした超スロー有酸素運動です。 3. 4つのパートにより構成される、格闘技・アクション系エクササイズです。
⑩	さわやかスポーツ体験コーナー	スポーツウェア 室内用シューズ	11:30-13:00 (11:30-12:30)	どなたでも	なし	年齢を問わず、どなたでも気軽に楽しめるさわやかスポーツが 体験できます。(種目:カローリング・輪投げ・ラダーゲッター・ポッチャ)予定
⑪	青空ヨガ体験教室	スポーツウェア	14:30-15:20 (14:15-14:30)	高校生以上	20名	青空の下、自然の風を感じながら行うヨガ教室(雨天中止)
⑫	昔のあそび広場	なし	13:00-17:00 (13:00-16:30)	どなたでも	なし	けん玉、おり紙、手づくりおもちゃ、バルーンアートなどの昔ながらの遊びが体験できます。(とつかかるたの販売あり) 主催団体:けん玉倶楽部 球翔、四季のおりがみサロン、とつかかるたを広める会、mignon(ミニョン) (協力:とつか区民活動センター)
⑬	個人利用 弓道	弓具一式	7:30-8:50 (7:25-8:30) 17:00-20:50(16:55-20:00)	登録者	混雑時は離り合っ てお使いください	通常有料の個人利用が無料でご利用いただけます。
⑭	弓道 初心者講習会	スポーツウェア ※白靴下着用	1)10:00-12:00 2)14:00-16:00 (★事前申込)	高校生以上	各先着20名	弓道を始めてみたい方!この機会にぜひ講習を受けてみませんか? ★9月17日(月)10:00から電話(862-2181)事前受付です。
⑮	個人利用 トレーニング	スポーツウェア 室内用シューズ	7:30-20:50 (7:25-20:00)	どなたでも (中学生以下は使用できる器具が 限られています)	混雑時は離り合っ てお使いください	通常有料の個人利用が無料でご利用いただけます。
⑯	地域団体による販売コーナー	なし	10:00-	どなたでも	なくなり次第終了	パン工房アンジュ、とつかわかば利用者の製作物、大木農園の野菜、スマイルガーデンの洋菓子
⑰	Hau'oliさんによる 『ボディジュエリー体験』	なし	11:00-	どなたでも	なくなり次第終了	お肌にキラキラのアートを施すボディジュエリー体験(有料)

## 横浜市戸塚スポーツセンター

会場・お問い合わせ

〒244-0816 横浜市戸塚区上倉田町477

電話 045-862-2181

URL: [http://www.yspc.or.jp/totsuka\\_sc\\_ysa/](http://www.yspc.or.jp/totsuka_sc_ysa/)

指定管理者:公益財団法人横浜市体育協会



<交通案内>

JR東海道線・横須賀線・横浜市営地下鉄  
「戸塚」駅東口徒歩5分



スポーツのことなら「ハマスポ」  
<http://www.hamaspo.com/>



HPは  
こちら

