

## 総合体育館(3995-2805)

### SSC谷原主催事業(3997-2500)

- 9:00~12:00 チャレンジ軽スポーツ  
体力測定
- 10:00~14:00 ミニゲーム(ヨーヨー、的当て)
- 12:00~13:00 実演(Jr. ダンス, チアリーディング)
- 13:00~15:30 スポーツ体験コーナー  
(トランポリン、スラックライン  
ボクシングミット打ち、縄跳び  
タグラスリング、キッズテニス他)

模擬店も開きます

いっぱい遊んだら  
綿菓子もらえるよ!  
(10:00~14:00)

10月14日(祝)  
いい汗  
かこう!  
体育の日

体育館  
プールを無料開放

## 桜台体育館(3992-9612)

### SSC桜台主催事業(5912-9900)

- 10:00~12:00 ヒップホップダンス  
パドルテニス  
ラケットテニス  
的当て、シャッフルボード  
輪投げ、風船で遊ぼう
- 10:00~15:00  
(12:00~13:00 風休み)
- 12:00~13:00 実演(ヒップホップダンス、  
ダブルダッチ、スラックライン、  
よさこい、ダンスクラブ)
- 13:00~15:00 ダブルダッチ  
ノルディックウォーキング  
スラックライン

いっぱい遊んだら  
綿菓子もらえるよ!  
(10:00~15:00)

模擬店も  
開きます

## 光が丘体育館(5383-6611)

### SSC光が丘主催事業(5968-1600)

- 9:00~12:00 ポッチャ  
ラケットテニス
- 9:00~17:00 卓球
- バドミントン
- 13:00~17:00 フットサル(ストライクキック)  
ソフトバレーボール  
ビーチボールバレー

模擬店も  
開きます

<体力測定(15歳~65歳)>  
(要予約【10月1日~】・各回定員5名申込順)  
9:30~11:00 11:00~12:30 13:00~14:30  
14:30~16:00 16:00~17:30

## 上石神井体育館(5991-6601)

### SSC上石神井主催事業(3929-8100)

- 9:00~10:30 水中アスレチック
- 9:00~11:45 スポーツチャンバラ
- 9:00~15:00 ビーチボールバレー  
ラケットテニス  
シャッフルボード、跳び箱  
卓球、トランポリン  
子ども広場(小学生以下)  
(輪投げ、フープ、トンネル)  
マットの山(小学生以下)  
アクアダンスエクササイズ  
実演(エイサー他)  
12:00~13:00 エクササイズ(ストレッチボール)  
13:00~14:00 らくらくクロール教室

模擬店も  
開きます

## 大泉学園町体育館(5905-1161)

### SSC大泉主催事業(3921-1300)

- 10:00~11:40 体操教室(小学生)  
ねり丸くんとミニ運動会
- 10:00~12:00 太極拳、体組成測定
- 10:00~15:00 乗馬セラピー(昼休憩あり)
- 10:00~14:30 ゲームコーナー(小学生以下)  
(ドライブゲーム、ヨーヨーつり、ゴキブリたたき他)
- 11:00~12:00 水中運動教室
- 12:00~12:50 実演 第1回公演(小ぐれ童太鼓、  
フラダンス、チア、空手型、ヒップホップダンス)
- 12:00~13:00 ワンポイント水泳指導
- 13:00~13:50 実演 第2回公演
- 13:00~14:30 フットサル教室(小学生)  
空手教室(小学生)、卓球教室  
ニューススポーツコーナー

模擬店、  
フリーマーケットも開きます

## 中村南スポーツ交流センター(3970-9651)

### SSC豊玉・中村主催事業(5848-9151)

- 9:00~10:30 ラケットテニス(小学生以上)
- 9:00~12:00 空手交流戦(公開試合)
- 11:00~11:10 バトントワリング(発表会)
- 11:20~11:50 チアリーディング(発表会・体験会)
- 13:00~14:00 エアロビクス(18歳以上)
- 13:30~15:30 ニュースポーツで遊ぼう(小学生以上)  
卓球(18歳以上)
- 14:10~15:10 ヨガ(18歳以上)

模擬店も  
開きます

## 平和台体育館(5920-3411)

### SSC平和台主催事業(5921-7800)

- 10:00~10:45 バランスボール教室(小学生~)
- 10:00~10:50 水中体操教室(一般)
- 10:00~12:00 ユニバーサルホッケー(小学生~)  
キンボール(幼児~)
- 10:00~15:00 こどもアスレチック(幼児、小学生)  
輪投げ、的当て(幼児~)  
スポーツ吹き矢(幼児~)
- 11:00~11:45 スポーツチャンバラ教室(幼児~)
- 11:00~12:50 親子deプール(幼児~小2と保護者)
- 12:15~12:45 実演(チアダンス)
- 13:00~13:45 ダンスエクササイズ教室  
(小学生~)
- 13:00~15:00 ラケットテニス(小学生~)  
ディスクゲッター(幼児~)

模擬店も  
開きます

## 三原台温水プール(3924-8861)

### SSC谷原主催事業(3997-2500)

- 13:30~14:00 親子水泳教室  
(未就園児と保護者)
- 14:15~15:00 アクアダンスエクササイズ  
キッズ水泳教室  
(幼児、小学生)

