

個サル (個人参加型フットサル)

当日集まった皆さんでチームをつくり、
楽しくフットサルの試合を行います！
エンジョイ志向の仲間たちと一緒に
ボールを蹴ってみませんか？

日時

10月24日(日)
19:20~20:50

場所

上井草スポーツセンター
3F 小運動場(屋外)

対象

20歳以上の方 ※定員20名
※『女性&初心者向け個サル』との
重複不可

申込

申込開始 → 10月11日(月)
①電話にて申込:03-3390-5707
②施設総合受付にて申込
③メールにて申込:下記を参照してください。

参加費

おひとり:730円
※当日券売機にてチケットを購入し
施設受付でお渡しください。

持ち物

着替え・飲み物・タオル・すねあて
運動靴または
トレーニングシューズ(スパイク不可)

★メール申込方法★

【宛先】fc-ivent@suginami-ttm.com

【件名】個サル

【本文】(1)参加希望日
(2)参加者氏名(ふりがな)
(3)年齢
(4)お電話番号

※お申込みは先着順となります。

詳しくは裏面をご確認ください。

指導担当

FC東京 普及部コーチ



メール

担当者からの返信に時間がかかる場合がございます。

三営業日経ってもメールの返信が届かない場合には、お手数ですが

上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話にてご確認ください。

※イベント当日のメール申込はできません。

中止

天候等により中止する場合には、開始時間の一時間前までに決定し、
上井草スポーツセンターホームページに掲載いたします。

※中止の場合のみ掲載



上井草スポーツセンターHPIはこちら
<http://www.suginami-ttm.com/>

キャンセル

お早めにメール又は上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話でご連絡ください。

※当日キャンセルはお電話のみ

注意事項

①イベント参加までに、[『FC東京担当イベント参加時のお約束事項』](#)を、

必ずご確認ください。

②イベント開催後、悪天候などにより中止になった際、その時点でイベント時間の
半分以上経過していた場合、返金いたしません。予めご了承ください。

※返金対応の場合は必ずチケットまたはレシートの控えが必要です。

③眼鏡を着用してのご参加は、安全上ご遠慮ください。 ※スポーツ眼鏡は可

④お着替えの際は、更衣室をご利用ください。

⑤当日体調が優れない場合は、無理をせず参加の自粛をご検討ください。

※体調不良によるキャンセル料は発生いたしません。

⑥その他、施設の利用ルールを守ってご参加ください。

個人情報

ご提供いただいた個人情報は、当イベントの申込受付・ご連絡の他、新型コロナウイルス感染症
対策のため、必要に応じて区や保健所へ報告する際に利用させていただく可能性がございます。



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
公式ツイッターはこちら



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
フェイスブックはこちら

まずはお気軽にお問合せください！(03-3390-5707)

サッカー・バレーボール教室担当 森川・柏木・大牟礼

レディースエンジョイ フットボール

ボールを蹴って、気分スッキリ！

初めての方も安心して楽しめるようコーチがサポートします。

お友だちをさそって、ご家族をさそって、来てください！



仲間たちが待ってます！♥

日時

10月25日(月)
19:20～20:50

場所

上井草スポーツセンター
2F 運動場(屋外)

対象

中学1年生以上の女性
※定員30名

申込

申込開始 → 10月11日(月)

- ①電話にて申込:03-3390-5707
- ②施設総合受付にて申込
- ③メールにて申込:下記を参照してください。

初めて参加される中学生・高校生の方

「保護者同意書」が必要となります。
右のQRコードから用紙をダウンロード
して頂き、イベント当日にまでに施設
総合受付にご提出ください。



参加費

おひとり:520円
※当日券売機にてチケットを購入し
施設受付でお渡しください。

持ち物

着替え・飲み物・タオル・すねあて
運動靴または
トレーニングシューズ(スパイク可)

★メール申込方法★

【宛先】fc-ivent@suginami-ttm.com

【件名】レディースエンジョイ

【本文】(1)参加希望日
(2)参加者氏名(ふりがな)
(3)年齢
(4)お電話番号

※お申込みは先着順となります。

詳しくは裏面をご確認ください。

指導担当

FC東京 普及部コーチ



メール

担当者からの返信に時間がかかる場合がございます。

三営業日経ってもメールの返信が届かない場合には、お手数ですが上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話にてご確認ください。

※イベント当日のメール申込はできません。

中止

天候等により中止する場合には、開始時間の一時間前までに決定し、上井草スポーツセンターホームページに掲載いたします。

※中止の場合のみ掲載



上井草スポーツセンターHPIはこちら
<http://www.suginami-ttm.com/>

キャンセル

お早めにメール又は上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話でご連絡ください。

※当日キャンセルはお電話のみ

注意事項

①イベント参加までに、[『FC東京担当イベント参加時のお約束事項』](#)を、

必ずご確認ください。

②イベント開催後、悪天候などにより中止になった際、その時点でイベント時間の半分以上経過していた場合、返金いたしません。予めご了承ください。

※返金対応の場合は必ずチケットまたはレシートの控えが必要です。

③眼鏡を着用してのご参加は、安全上ご遠慮ください。 ※スポーツ眼鏡は可

④お着替えの際は、更衣室をご利用ください。

⑤当日体調が優れない場合は、無理をせず参加の自粛をご検討ください。

※体調不良によるキャンセル料は発生いたしません。

⑥その他、施設の利用ルールを守ってご参加ください。

個人情報

ご提供いただいた個人情報は、当イベントの申込受付・ご連絡の他、新型コロナウイルス感染症対策のため、必要に応じて区や保健所へ報告する際に利用させていただく可能性がございます。



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
公式ツイッターはこちら



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
フェイスブックはこちら

まずはお気軽にお問合せください！(03-3390-5707)

サッカー・バレーボール教室担当 森川・柏木・大牟礼

大人のサッカー教室 アドバンスクラス

・コンセプト・

- 【リスペクトし合いながらプレーすること】
- 【サッカーの仕組み、攻守におけるプレーの原則を学ぶこと】

経験者で更に技術を高めたい方は、
是非一度、ご参加ください！
中学生以上の方ならどなたでも参加できます！

日時

10月27日(水)
19:20～20:50

場所

上井草スポーツセンター
2F 運動場(屋外)

対象

中学1年生以上の方
※定員30名

申込

申込開始 → 10月11日(月)
①電話にて申込:03-3390-5707
②施設総合受付にて申込
③メールにて申込:下記を参照してください。

初めて参加される中学生・高校生の方

「保護者同意書」が必要となります。
右のQRコードから用紙をダウンロード
して頂き、イベント当日にまでに施設
総合受付にご提出ください。



参加費

おひとり:520円
※当日券売機にてチケットを購入し
施設受付でお渡しください。

持ち物

着替え・飲み物・タオル・すねあて
運動靴または
トレーニングシューズ(スパイク可)

★メール申込方法★

【宛先】fc-ivent@suginami-ttm.com
【件名】大人のサッカー教室 アドバンス
【本文】(1)参加希望日
(2)参加者氏名(ふりがな)
(3)年齢
(4)お電話番号

※お申込みは先着順となります。

詳しくは裏面をご確認ください。

指導担当

FC東京 普及部コーチ



メール

担当者からの返信に時間がかかる場合がございます。

三営業日経ってもメールの返信が届かない場合には、お手数ですが
上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話にてご確認ください。

※イベント当日のメール申込はできません。

中止

天候等により中止する場合には、開始時間の一時間前までに決定し、
上井草スポーツセンターホームページに掲載いたします。

※中止の場合のみ掲載



上井草スポーツセンターHPはこちら
<http://www.suginami-ttm.com/>

キャンセル

お早めにメール又は上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話でご連絡ください。

※当日キャンセルはお電話のみ

注意事項

①イベント参加までに**『FC東京担当イベント参加時のお約束事項』**を、
必ずご確認の上、ご参加ください。

②イベント開催後、悪天候などにより中止になった際、その時点でイベント時間の
半分以上経過していた場合、返金いたしません。予めご了承ください。

※返金対応の場合は必ずチケットまたはレシートの控えが必要です。

③眼鏡を着用してのご参加は、安全上ご遠慮ください。 ※スポーツ眼鏡は可

④お着替えの際は、更衣室をご利用ください。

⑤当日体調が優れない場合は、無理をせず参加の自粛をご検討ください。

※体調不良によるキャンセル料金は発生いたしません。

⑥その他、施設の利用ルールを守ってご参加ください。

個人情報

ご提供いただいた個人情報は、当イベントの申込受付・ご連絡の他、新型コロナウイルス感染症
対策のため、必要に応じて区や保健所へ報告する際に利用させていただく可能性がございます。



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
公式ツイッターはこちら



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
フェイスブックはこちら

まずはお気軽にお問合せください！(03-3390-5707)

サッカー・バレーボール教室担当 森川・柏木・大牟礼

女性 & 初心者向け 個サル

ママさんや
女子中・高生の
参加も大歓迎!

サッカー・フットサルをやるのは初めての方、大歓迎!

みんなで練習した後、チームに分かれて

楽しくフットサルの試合をします!

FC東京スタッフがサポートするので安心です!

日時

10月31日(日)
19:20~20:50

場所

上井草スポーツセンター
3F 小運動場(屋外)

対象

サッカー・フットサル初心者の男女
(中学1年生以上)
※『個サル』との重複不可 ※定員20名
※競技志向の方はご遠慮ください。

申込

申込開始 → 10月11日(月)
①電話にて申込:03-3390-5707
②施設総合受付にて申込
③メールにて申込:下記を参照してください。

初めて参加される中学生・高校生の方

「保護者同意書」が必要となります。
右のQRコードから用紙をダウンロード
して頂き、イベント当日にまでに施設
総合受付にご提出ください。



★メール申込方法★

【宛先】fc-ivent@suginami-ttm.com
【件名】女性初心者向け個サル
【本文】(1)参加希望日
(2)参加者氏名(ふりがな)
(3)年齢
(4)お電話番号

参加費

730円/人
※当日総合受付にて
お支払いください。

※お申込みは先着順となります。

持ち物

着替え・飲み物・タオル
運動靴または
トレーニングシューズ(スパイク不可)

詳しくは裏面をご確認ください。

担当

FC東京



メール

担当者からの返信に時間がかかる場合がございます。

三営業日経ってもメールの返信が届かない場合には、お手数ですが上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話にてご確認ください。

※イベント当日のメール申込はできません。

中止

天候等により中止する場合には、開始時間の一時間前までに決定し、上井草スポーツセンターホームページに掲載いたします。

※中止の場合のみ掲載



上井草スポーツセンターHPはこちら
<http://www.suginami-ttm.com/>

キャンセル

お早めにメール又は上井草スポーツセンター(03-3390-5707)までお電話でご連絡ください。

※当日キャンセルはお電話のみ

注意事項

①イベント参加までに【FC東京担当イベント参加時のお約束事項】を、必ずご確認の上、ご参加ください。

②イベント開催後、悪天候などにより中止になった際、その時点でイベント時間の半分以上経過していた場合、返金いたしません。予めご了承ください。

※返金対応の場合は必ずチケットまたはレシートの控えが必要です。

③眼鏡を着用してのご参加は、安全上ご遠慮ください。 ※スポーツ眼鏡は可

④お着替えの際は、更衣室をご利用ください。

⑤当日体調が優れない場合は、無理をせず参加の自粛をご検討ください。

※体調不良によるキャンセル料金は発生いたしません。

⑥その他、施設の利用ルールを守ってご参加ください。

個人情報

ご提供いただいた個人情報は、当イベントの申込受付・ご連絡の他、新型コロナウイルス感染症対策のため、必要に応じて区や保健所へ報告する際に利用させていただく可能性がございます。



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
公式ツイッターはこちら



上井草スポーツセンター
妙正寺体育館
フェイスブックはこちら

まずはお気軽にお問合せください！(03-3390-5707)

サッカー・バレーボール教室担当 森川・柏木・大牟礼