

# 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

2022年1月24日(月)・31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 → 12月15日(水)

- 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。  
※12月29日～1月3日は施設休館のため、  
お申込みができません。

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

2022年1月26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 → 12月15日(水)  
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。  
※12月29日～1月3日は施設休館のため、  
お申込みができません。

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

# 大人のサッカー教室 初級クラス

みんなでエンジョイサッカー！

楽しくコミュニケーションを取りながらウォーミングアップ！

そのあと、参加者の皆さんに合わせたトレーニングをします。

最後にはみんなで楽しくサッカーの試合をしましょう！

日時 2022年1月21日(金)・28日(金)  
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 20歳以上の方  
※定員20名  
※「大人のサッカー教室 アドバンスクラス」  
「大人のサッカー教室 中・上級クラス」に  
お申込みされている方は申込不可

申込 **一次申込**開始 → 12月15日(水)  
●メールにて申込: 下記を参照してください。  
締切…12/23(木)  
結果発表…12/24(金)以降  
※一次申込は抽選となります。

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。

**二次申込**開始 → 12月25日(土)  
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。  
※二次申し込みは先着順となります。  
※12月29日～1月3日は施設休館のため、  
お申込みができません。

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

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

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

# 大人のサッカー教室 中・上級クラス

サッカー経験者の方、必見！

楽しくコミュニケーションを取りながらウォーミングアップ！

そのあと、参加者の皆さんに合わせたトレーニングをします。

最後にはみんなで楽しくサッカーの試合をしましょう！

日時

2022年1月21日(金)・28日(金)  
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

20歳以上の方  
※定員20名  
※「大人のサッカー教室 初級クラス」に  
お申込みされている方は申込不可

申込

一次申込開始 → 12月15日(水)

●メールにて申込:下記を参照してください。  
締切…12/23(木)  
結果発表…12/24(金)以降  
※一次申込は抽選となります。

二次申込開始 → 12月25日(土)

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。  
※二次申し込みは先着順となります。  
※12月29日～1月3日は施設休館のため、  
お申込みができません。

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

★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 中・上級

【本文】(1)参加希望日 (3)年齢

(2)参加者氏名(ふりがな) (4)お電話番号

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