

2023 スポーツの日イベント

スポーツフェスティバル

参加費無料

2023年
10月9日
月・祝

オンライン抽選 体力測定会

内容 カンタンな運動でアナタの体力を測定します。
時間 ①9:30~10:30
②10:30~11:30
③11:30~12:30
*開始時間までにお集りください。
定員 各回15名
申込方法 オンライン事前申込/チラシ右下部をご確認ください。

当日先着順 チョキペタス図工室

豊富な種類の紙、企業の端材・廃材をカラフルで楽しい道具を使って図工・創作を楽しむ教室。
時間 ①10:00~10:50
②11:00~11:50
③13:00~13:50
④14:00~14:50
⑤15:00~15:50
定員 各回16名程度
申込方法 当日、総合受付にて

	B1F			屋外	1F		
	体育館A面	体育館B面	小体育室	ロビー	通路	庭球場A面	庭球場B面
9:00							
9:30			ストレッチ&ピラティス 定員 20名			テニス教室 親子①	
10:00	体力測定会①	親子運動広場	パレトン (女性限定) 定員 20名		当日先着順 チョキペタス 図工室①	テニス教室 親子②	
10:30	体力測定会②		骨盤チューニング 定員 20名		当日先着順 チョキペタス 図工室②	テニス教室 初中級	無料開放 (1面のみ) ※要申込 55分ごと
11:00	体力測定会③				当日先着順 チョキペタス 図工室③	テニス教室 中上級	
11:30					当日先着順 チョキペタス 図工室④		
12:00					当日先着順 チョキペタス 図工室⑤		
12:30							
13:00				ミニ縁日 予約不要			
13:30							
14:00		HIPHOP フラダンス 発表会 13:45~17:00予定	ステップダンスエアロ 定員 15名				
14:30			ピラティス&リラクゼーション 定員 20名				
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
21:00							

テニス教室

親子テニス
内容 スポンジボールなどを使いテニスの楽しさを体験します。
親子①
時間 9:10~10:10
対象 4歳~未就学児とその保護者
定員 8組(親子1名ずつ)
親子②
時間 10:20~11:20
対象 小学生とその保護者
定員 8組(親子1名ずつ)
初中級
内容 前衛の基本を覚えてダブルゲームを覚えましょう。
時間 11:30~12:40
対象 中学生以上 **定員** 8名
中上級
内容 ボレーの安定性を高めましょう。
時間 13:40~14:50
対象 中学生以上 **定員** 8名
申込方法 オンライン事前申込/チラシ右下部をご確認ください。

ミニ縁日

輪投げなどを楽しめるミニ縁日!
予約不要

もちもの
・運動できる服装
・室内シューズ ※くつまマークのあるものは室内シューズが必要となります。
・汗拭きタオル
・飲み物

TAC杉並区 妙正寺体育館
TEL.03-3399-4224
〒167-0033 杉並区清水3丁目20番12号



申込方法



オンライン事前申込

- ①ホームページまたは下部のQRコードよりアクセス
- ②希望のイベントを選択
- ③必要事項を入力し、申込
- ※申込後、予約確認メールが届きます。

抽選期間 9月12日(火)9:00~9月24日(日)23:59まで
先着受付 9月12日(火)9:00~9月30日(土)23:59まで
結果発表 10月2日(月)以降、順次メールにてお知らせ

●テニス教室・レッスン体験・体力測定会以外のイベントは、当日、開催時間内に直接会場にお越しください。参加希望人数が多い場合は、整理券の配布を行う場合や、入場を制限させていただく場合がございます。

追加募集

締切後、空きがあるイベントのみ、10月2日(月)10:00~10月7日(土)21:00までの間、TEL(先着順)で追加募集を行います。空き状況と申込詳細は10月2日(月)~ホームページに掲載予定です。当日の空きに関しましては、変動がある為、直接イベント会場でご確認ください。

(注意事項)

- ・参加する方のみお名前でご申し込みください。ご兄弟などで申込の場合はそれぞれ申込が必要です。
- ・区外在住の方で杉並区在勤・在学・在園の方は自由記入欄に該当する項目を記入ください。
- ・親子のイベントは、自由記入欄に保護者様のお名前と年齢を記入ください。
- ・申込が重複している場合は一方を無効とします。
- ・定員を超えた場合は、杉並区在住・在勤・在学・在園の方を有利に抽選とさせていただきます。
- ・申込完了の返信メールが3日以上返ってこない場合は施設にお問い合わせください。

オンライン事前申込は
こちらへ

