

2024 スポーツフェスティバル in 永福/下高/松ノ木 10/14(月・祝)

TAC杉並区永福体育館 タイムスケジュール

9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
ビーチコート	ビーチバレーボール 9:00～11:30	子どもタイム ビーチであそぼう! ①11:30～12:50	ZUMBA® 11:30～12:30	ビーチテニス 13:00～15:00	エアリキパー 15:30～16:00	子どもタイム ビーチであそぼう! ②15:00～15:50	ビーチサッカー 16:00～18:00	
1F 体育館	楽らくエクササイズ 9:30～10:15	子どもタイム ZUMBA® 11:30～12:30	esports パーチャルサイクリング ①9:30～12:00	esports パーチャルサイクリング ②13:30～17:00				
1F エントランスホール	アスリートネイル体験コーナー ①10:00～12:00	アスリートネイル体験コーナー ②13:30～16:30	フェイスパイント 10:00～16:00					
2F 小ホール1	ボッチャ・視覚障害者サッカー体験 ①9:30～12:00	ボッチャ・視覚障害者サッカー体験 ②13:00～16:00						
2F トレーニングルーム	★TRXトレーニング体験 ①9:00～12:00		★TRXトレーニング体験 ②14:00～17:00		終日無料 9:00～20:50			
3F 小ホール2	VRアトラクション ①9:30～12:00	VRアトラクション ②13:30～16:30						
3F 会議室1	遊びの部屋Ver1.02 ①10:00～12:00	遊びの部屋Ver1.02 ②13:30～16:30						
お楽しみ会場!	SUNABA Cafe 11:00～17:00							
ピロティ (正面入り口前)	ボルウォーキング体験 ①9:30～10:20	ボルウォーキング体験 ②10:30～11:20	ボルウォーキング体験 ③11:30～12:20	健康測定会 ①10:00～12:00	健康測定会 ②13:00～16:00			

SUNABA Café

営業時間 11:00 - 17:00

■DRINK

- ・コーヒー (HOT・COLD) 150円
- ・紅茶 (HOT・COLD) 150円
- ・緑茶 (HOT・COLD) 150円

■FOOD

- ・イゲインの焼き菓子 100円～
- ・パン工房Puku Pukuのパン 200円～

※なくなり次第終了

【決済方法】現金のみ

SUNNY キッチンカー

営業時間 10:00～15:00

■FOOD MENU

- ・からあげ 400円
- ・あげパン 200円
- ・(きんぴら)コロッケ(シュガー・練乳/チネンソーサー)
- ・(きんぴら)シュドボチ 150円

※なくなり次第終了

【決済方法】現金またはPayPay

TRX

健康測定会

時間/9:00～12:00 ②13:00～16:00

対象/15歳以上(中学生を除く)

★TRXトレーニング体験

時間/9:00～12:00 ②14:00～17:00

ビーチバレーボール

時間/9:00～11:30

定員/40名程度

対象/どなたでも

福水体育館アンバサダーの浦田聖子さんもビーチバレーボールに参加します!!

【ビーチスポーツネットワーク事業】

フェイスパイント

時間/10:00～16:00

場所/1F エントランスホール

対象/どなたでも

顔に絵を描いて「ドキドキ・ワクワク」スポーツフェスティバルを更に楽しもう!

ボッチャ・視覚障害者サッカー体験

時間/①9:30～12:00 ②13:00～16:30

場所/2F 小ホール1

対象/どなたでも

スポーツ推進委員とパラスポーツを体験しよう!

ビーチテニス

時間/13:00～15:00

定員/25名程度

対象/小学4年生以上

ビーチテニスは地面にバウンドさせません! 初めての方も簡単に楽しめます。

【ビーチスポーツネットワーク事業】

遊びの部屋Ver1.02

時間/①10:00～12:00 ②13:30～16:30

場所/3F 会議室1

対象/どなたでも

顔に絵を描いて「ドキドキ・ワクワク」スポーツフェスティバルを更に楽しもう!

ボルウォーキング体験

時間/①9:30～10:20 ②10:30～11:20

場所/ピロティ (正面入り口前)

対象/どなたでも

2本のポールを持ち、水泳体育館から近隣の公園を往復するショートコースを歩きます。

ビーチサッカー

時間/16:00～18:00

定員/40名程度

対象/どなたでも

親子で家族と一緒に、もちろん個人参加もOK!

【ビーチスポーツネットワーク事業】

エアリキパー

時間/13:30～16:00

場所/1F 体育館

対象/どなたでも

トランクリンクスラックラインを体験しよう!

クイズラリー

時間/①9:30～16:00

場所/館内

対象/どなたでも

館内いろいろな場所にクイズが用意されています。

松ノ木運動場 タイムスケジュール

9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00
野球場	東京ヤクルトスワローズ親子野球体験 ①9:00～10:00 ②10:10～11:10									
テニスコート	スポーツ体験ゾーン 9:00～19:00									
テニスコート5・6番	プレイ&ステイテニス教室 ①9:00～10:15 ②10:30～11:45	夜ヨガ 12:30～13:30	夜ヨガ 18:00～19:00							
イベントスペース (駐車場・ロビー)	フリーカルチャー体験ゾーン10:00～15:00									
松ノ木運動場	/ルディックウォーキング体験 11:30～13:00									

プレイ&ステイテニス教室

時間/①9:00～10:15 ②10:30～11:45

対象/①未就学児(年中・年長)と保護者

②小学生と保護者

定員/各30組(60名)

場所/5・6番テニスコート

テニス経験がない方も大歓迎!

親子で楽しめるミニミニテニス教室です。

東京ヤクルトスワローズ親子野球体験

時間/①9:00～10:00 ②10:10～11:10

対象/①未就学児(年中・年長)と保護者

②小学1～3年生と保護者

定員/各30組(60名)

場所/野球場

親子で野球体験! 野球に必要な「握る・打つ」を体験してみよう!

(東京ヤクルトスワローズ)

スポーツ体験ゾーン

時間/13:00～16:00

対象/どなたでも

場所/野球場

アルティメット・ラダーガッター・フットダーツなどいろいろなスポーツを体験しよう!

鷹橋のおにぎり そら

営業時間 10:00～16:00

■280円メニュー

- ・きためき 280円
- ・明太子 280円
- ・梅しんぶ 280円
- ・梅しんぶ 280円
- ・クリおほか 280円

■その他メニュー

- ・あじのみそ 300円
- ・ツナのみそ 300円
- ・しおにぎり 250円
- ・まるごとうなぎ 360円

※なくなり次第終了

テニスコート無料貸出

時間/①9:00～11:00 ②11:00～13:00 ③13:00～15:00 ④15:00～17:00 ⑤17:00～19:00

対象/どなたでも

場所/1～4番テニスコート

※中学生以下の方がご利用の場合は高校生以上の方の申し込みと付き添いが必要です。

※ご希望の枠を一つお申し込み下さい。

※重複申し込みを見つけた場合全て無効とさせていただきます。

※ラケット、ボールのレンタルはございません。

夜ヨガ

時間/12:30～13:30

対象/15歳以上(中学生を除く)

定員/20名

場所/5・6番テニスコート

星空を見ながらヨガをして心も体もリフレッシュ!

夜ヨガ

時間/18:00～19:00

対象/15歳以上(中学生を除く)

定員/20名

場所/5・6番テニスコート

星空を見ながらヨガをして心も体もリフレッシュ!

フリーカルチャー体験ゾーン

時間/①10:00～15:00

対象/どなたでも

定員/各20名

場所/野球場

スバーボウリングや他毎分バズッくりができます!

ルディックウォーキング体験

時間/11:30～13:00

対象/15歳以上(中学生を除く)

定員/20名

場所/松ノ木運動場-一番福寺川沿い

2本のポールを持ちながら歩く松ノ木運動場-一番福寺川沿いを秋の景色を楽しみながら歩きます!

ドッグラン写真展

時間/9:00～18:00

対象/どなたでも

場所/ピロティ

近隣のドッグランの様子を見てみよう! 鑑賞されること間違いなし!

下高井戸運動場/区民集会所 タイムスケジュール

9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
運動場A	親子サッカー教室 10:00～10:45	小学生サッカー教室 11:00～12:00						
運動場B	ラグビー体験会 9:30～12:00	ラグビー体験会 9:30～12:00						
体育室	健康体操 9:30～10:30	逆上がり特訓 11:00～12:00						
集会室・1Fロビー	作品展示			下高まつり		10:00～15:00 焼き・杉葉子販売 苗木の展示		

親子サッカー教室

時間/10:00～10:45

定員/30組(60名)

場所/運動場A

対象/年少・年長とその保護者

親子でサッカーを楽しみましょう!

小学生サッカー教室

時間/11:00～12:00

定員/40名

場所/運動場A

対象/小学1～3年生

サッカーの楽しさを体験しよう!

ラグビー体験会

時間/9:30～12:00

定員/20組(40名)

場所/運動場B

対象/小学1～3年生とその保護者

ラグビーの楽しさを体験しよう!

ラグビー体験会

時間/9:30～12:00

定員/20組(40名)

場所/運動場B

対象/小学4～6年生(保護者参加も可)

ラグビーの楽しさを体験しよう!

ZUMBA® Kids

時間/13:00～14:30

場所/運動場B

対象/小学1～3年生

親子で楽しく運動しよう!

ジャイアンツアカデミー親子野球教室

時間/10:00～10:45

定員/30組(60名)

場所/運動場A

対象/年少・年長とその保護者

親子で野球を楽しみましょう!

ラグビー体験会

時間/10:00～12:00

定員/40名

場所/運動場B

対象/小学4～6年生(保護者参加も可)

ラグビーの楽しさを体験しよう!

バルシューレボールゲーム教室

時間/13:00～14:30

定員/各20名

場所/体育室

対象/小学1～3年生

親子で楽しく運動しよう!

逆上がり特訓

時間/11:00～12:00

定員/10組(20名)

場所/体育室

対象/小学1～3年生

逆上がりの楽しさを体験しよう!

クリケット体験会

時間/12:30～14:30

場所/運動場A

対象/どなたでも

親子で楽しく運動しよう!

しもたか遊びスペース

時間/15:00～16:00

場所/体育室

対象/どなたでも

親子で楽しく運動しよう!

事前申込

1次申込期間 9月23日(月・祝)9:00～9月29日(日)21:00まで

※杉並区在住・在勤・在学・在国の方のみ

※区外の方のお申込みは自動でキャンセル扱いとなりますのでご了承ください。




2次申込期間: 10月1日(火)9:00～10月13日(日)12:00まで

※1次申込で定員に達したプログラムはキャンセル待ちとなります。

※杉並区外の方も申込みいただけます。

申込方法

ご希望のプログラム開催施設のQRコードを読み取ってください。

当日、開催施設に直接お越しください! 開催時間に随時ご参加いただけます。

人気のプログラムは混雑する可能性もございますので予めご了承ください。

開催施設、時間をご確認くださいの上、お間違いないようご来場ください。開催時間内に何度でもご参加いただけます。

事前申込 で当日空きがあれば開始20分前より先着順で当日参加の受付を致します。