１０/１１（祝） 体育の日　スポーツフェスティバル　日程表

※事前申込みの往復ハガキには、①行事名　②郵便番号・住所　③氏名（フリガナ）　④年齢　⑤電話番号を記入し、各施設宛にお送りください。返信用のあて先もお忘れなく。

各施設の住所はお手数ですが、【 TOP ＞ 施設を利用したい ＞ 杉並区の施設一覧 ＞ more 】でご確認ください。

場　所	種　　目	時　間	対　象	講　師	募集人数	申　込　方　法
松ノ木運動場						
野球場	元プロ野球選手若林憲一氏に学ぶ親子野球教室	9:00～11:00	区内在住・在学の小学1～3年生で初心者とその保護者	若林 憲一	50組100名	往復ハガキに種目名・学年・保護者名を書いて、9月25日（必着）までに同運動場へ
	地域少年野球交流試合	11:00～19:00	区内の軟式少年野球チーム	連盟	8チーム	往復ハガキに種目名・チーム名を書いて、9月25日（必着）までに同運動場へ
	親子で楽しむナイター野球（無料貸切）	19:00～21:00	区内在住、在学の親子	—	1チーム	往復ハガキに「野球場無料貸切」と書いて、9月25日（必着）までに同運動場へ
庭球場	マナーキッズテニス教室	9:30～13:30	区内在住・在学の小学生で初心者とその保護者	テニス連盟ほか	60組120名	往復ハガキに種目名、学校名、学年、保護者名を書いて、9月25日（必着）までに同運動場へ
	親子で楽しむテニス（無料貸切）　クレー・人工芝	9:00～21:00	区内在住、在学の小中学生とその保護者	—	38枠	往復ハガキに種目名、学校名、学年、保護者名、希望コート、希望時間枠を書いて、9月25日（必着）までに同運動場へ（1枠1．5時間）
調節池庭球場	ハード	9:00～16:30		—	5枠	
※無料貸切の時間枠　①9:00～10:30　②10:30～12:00　③12:00～13:30　④13:30～15:00　⑤15:00～16:30　⑥16:30～18:00　⑦18:00～19:30　⑧19:30～21:00						
下高井戸運動場						
運動場	東京ヴェルディサッカースクール ＆ ミニ大会	9:00～11:00 11:00～13:00	区内在住、在学の小学1～4年生チーム単位の参加も可	東京ヴェルディ	120名	往復ハガキに種目名・学年を書いて、9月25日（必着）までに同運動場へ
	楽しく走ろう！ かけっこクリニック	13:00～15:00	区内在住、在学の小学生	WINGSPRINT	60名	
	元早稲田大学ラグビー部主将が教えるラグビー教室		区内在住、在学の小中学生	FIELD OF DREAMS	50名	
	親子ふれあい野球教室	15:00～17:00	区内在住、在学の小学生とその保護者	スポーツ少年団	100名	当日、直接会場へ
	ラクロス体験教室 / 日本大学女子ラクロス部		区内在住、在勤、在学の方	日大女子ラクロス部	50名	
	個人フットサルナイト	18:00～21:00	区内在住、在勤、在学の16歳以上の方	—	—	
	フリーマーケット、小千谷市出店	10:00～15:00	—	—	—	
高井戸温水プール						
プール	すべり台で遊ぼう（幼児・小学生）	9:10～9:40	区内在住、在学、在勤の方	—	—	当日、直接会場へ
	レスキューデモンストレーション ＆ 体験	9:45～9:55	区内在住、在学の幼児・小学生	—	—	
	アクアエクササイズ（女性インストラクター）	10:00～10:45	区内在住、在学、在勤の方	中井 恵美	30名	
	元オリンピック選手直伝！クロール講習会 / 村山よしみ	11:00～12:55		村山 よしみ	20名	同プールへお電話でお申込みください。（先着順）　☎3331－8652
	マッスルアクア（男性インストラクター）	13:00～13:45		小川 和博	30名	当日、直接会場へ
	ワンポイントレッスン	14:00～14:45		—		
	飛び込み講習	15:00～15:55		—		
	タイムトライアル	16:00～16:30		—		
	フィン ・ ヌードル体験	16:30～16:55		—		
	無料開放	9:00～21:00		—		
入口前	杉並産野菜の販売（雨天のときはロビー）	9:00～11:00頃	—	—		

杉十小温水プール						
プール＆運動場	親子で挑戦！第1回チャレンジアクアスロン	10:00～13:00	一般の部・小学生の部・親子の部	トライアスロン連合	50名	往復ハガキ（チラシ参照）に種目名、学年、保護者名等を書いて、同プールへ（先着順）
プール	ウォーキング	13:00～14:00	区内在住、在学、在勤の16歳以上の方	—	30名	当日、直接会場へ
	アクアビクス	14:30～15:30	区内在住、在学、在勤の16歳以上の方	—	30名	
	公開救助訓練	12:00～12:30	区内在住、在学、在勤の方	—	20名	
	みんなでタイムトライアル	17:00～17:30		—	30名	
小プール	ちびっこ集まれ（すべり台・水でっぽう）	9:00～10:30 13:00～14:30	区内在住、在学の幼児・小学生	—	—	
プール	無料開放	9:00～21:00	区内在住、在学、在勤の方	—	—	
ドライエリア	出店・縁日・似顔絵コーナー	10:00～16:00	—	—	—	自由入場
高円寺体育館						
体育室	財団・高円寺純情商店街杯フットサル大会　混合の部	9:00～13:00	区内在住、在学、在勤の16歳以上の方を含む男女混合チーム	高円寺夜間事業運営委員会	8チーム	申込書を、郵送またはFAXで同体育館へ（先着順） 参加費1チーム5000円 （阿波踊りデモンストレーションは自由参加）
	阿波踊りデモンストレーション	13:10～13:25	—	美遊　ひよこ連	—	
	財団・高円寺純情商店街杯フットサル大会　一般の部	13:30～19:00	区内在住、在学、在勤の16歳以上の方を含むチーム	高円寺夜間事業運営委員会	8チーム	
	フットサル　個人無料開放	19:00～21:00	区内在住、在学、在勤の16歳以上の方	—	—	当日、直接会場へ
小体育室	スポーツ吹き矢体験教室	9:30～11:30	—	矢島 通子	20名	
	手話ダンス体験教室	11:30～13:00		アムール	20名	
	阿波踊り体験教室	13:25～15:25		長沼　知恵子	20名	
	インド舞踊体験教室	16:00～17:30		渡邊　桂子	20名	
	ピラティス入門編教室　①	19:00～20:00	区内在住、在学、在勤の16歳以上の方	片山　ミキ	20名 （抽選）	往復ハガキに、種目名、希望時間を書いて、9月25日（必着）までに同体育館へ
	ピラティス入門編教室　②	20:00～21:00		片山　ミキ	20名 （抽選）	
妙正寺体育館						
体育室	ふれあいフットサル教室	10:00～11:30	区内在住・在学・通所の小学生以上で知的障がいのある方※小学生は保護者同伴	ハウンドツゥース	30名	往復ハガキまたはFAXに、種目名を書いて同体育館へ(先着順)
	財団杯 バスケットボール大会	12:00～21:00	16歳以上の、区内在住・在学・在勤の方を2名以上含む男女混合チーム（男子のみは不可）	—	12チーム	往復ハガキまたはFAXに種目名、チーム名、代表者の氏名・住所・電話番号・参加者氏名を書いて同体育館へ（先着順）
庭球場	シグマスポーツクラブ　ジュニアテニス入門教室	9:00～12:00	区内在住・在学の小学生	シグマスポーツ	30名	往復ハガキに種目名、学校名、学年、経験の有無も書いて、9月25日（必着）までに同体育館へ
	テニスワンポイントレッスン（初級者）	9:00～10:30	区内在住・在学・在勤の16歳以上の方	杉並区テニス連盟	各15名	往復ハガキに種目名、希望コースを書いて、9月25日（必着）までに同体育館へ
	テニスワンポイントレッスン（中級者）	10:30～12:00				
	ダブルス交流大会（混合・女子チーム）	12:00～17:30	区内在住・在学・在勤で16歳以上の方（男子のみは不可）トーナメント戦	—	16チーム	往復ハガキまたはFAXに種目名、参加者氏名（2名）、性別、代表者の住所、氏名（フリガナ）、年齢、電話番号を書いて、9月25日（必着）までに同体育館へ
大宮前体育館						
体育室	インディアカ交流会	9:00～11:00	区内在住・在学・在勤の中学生以上の方 チームでの申込も可	インディアカ協会	50名	往復ハガキに種目名、チームの場合は人数を書いて、9月25日（必着）までに同体育館へ または申込書（区体育施設で配布）を、郵送またはFAXで同体育館へ
	ｹﾞｰﾑから学ぼう!東京ｳﾞｪﾙﾃﾞｨﾏﾏさんﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ教室&ﾐﾆ大会	11:30～15:30	区内在住・在学・在勤で16歳以上の女性 チームでの申込みも可	東京ヴェルディ	40名	
	ソフトバレーボール交流会	15:30～19:00	区内在住・在学・在勤で小学校4年生以上の方 チームでの申込みも可	ソフトバレーボール協会	100名	
	フラダンス発表会（晴天時は外）	11:00～11:30	—	加藤 貴子	—	当日、直接会場へ
	バドミントン無料開放	19:00～21:00	区内在住・在学・在勤の16歳以上の方	—	—	
駐車場	豚汁・おにぎり等の販売	10:00～14:00	—	—	—	
トラストガーデン杉並宮前	座って楽しくイス体操　（隣接施設で行います）	14:00～15:00	区内在住のおおむね60歳以上で、医師から運動をとめられていない方	松藤 幸子	10名	往復ハガキに種目名を書いて9月25日（必着）までに同体育館へ

永福体育館						
体育室	体力測定・保健所健康相談コーナー	9:30～12:00	区内在住、在学、在勤の方	高井戸保健センター	—	当日、直接会場へ
	スポーツデビュー（ジャンボ輪投げ・ストラックアウトなど）			—	—	
	国際師範の李先生に習う～テコンドー実演 & 体験教室	13:00～14:00			—	
	チアリーディング　実演 & 体験	14:00～15:00		専修大付属高校	—	
	スポーツチャンバラ	15:00～17:00		細川 健一	30名	
	はじめての卓球教室 / 福原千代		区内在住の小学3～6年生	福原 千代	20名	
	東京アパッチ公認コーチのワンポイントアドバイス	17:00～19:00	区内在住、在学、在勤の方	後藤 岳人	—	
	バスケットボール無料開放	17:00～21:00		—	—	
駐車場	手作りマーケット	10:00～15:00		—	10区画	往復ハガキに「出店希望」と記入、主な出店品目を書いて、9月25日（必着）までに同体育館へ
	PUKUPUKUパン・南相馬市産直野菜　販売		—	—	—	当日、直接会場へ
荻窪体育館						
体育館	ジャズ演奏 & ユニークダンス体験	10:00～11:00	区内在住、在学、在勤の方	区役所音楽部	—	当日、直接会場へ
	エアロビクス　デモンストレーション & ズンバ体験	11:00～12:00		鈴木義道・夢子		
	ベリーダンス　デモンストレーション	12:00～12:30		AL-AMAL		
	フラダンス　デモンストレーション & 体験	12:30～13:30		ホアパアニ		
	京劇（孫悟空）	13:30～13:35		京劇俳優・寇然		
	太極拳　デモンストレーション	13:35～14:00		小原 真理世		
	なぎなた / 居合道　デモンストレーション	14:00～14:40		連盟・津村		
	空手　デモンストレーション	14:40～15:00		六石門		
	バトントワリング　デモンストレーション	15:00～15:30		シャイニングキッズ		
	チアリーディング　デモンストレーション & 体験	15:30～16:30		ナミーズ		
	HIP HOP　デモンストレーション & 体験	16:30～17:30		AHA		
	バドミントン・卓球 無料開放	18:00～21:00		—		
小体育室	ソシアルダンス 無料開放	9:00～12:00	区内在住、在学、在勤の方	—	—	当日、直接会場へ
	青竹踏み & ストレッチ	12:00～13:00		佐藤　祥子		
	フラフープで遊ぼう	13:00～14:00		—		
	やさしいジャズダンス	14:00～15:00		毛塚　史子		
	エナジーダンス	15:00～16:00		ペイトラ		
	運動靴でフラメンコ	16:00～17:00		前川　三知代		
	無料貸切	①17:00～19:00		—	2団体	往復ハガキに 希望時間と「小体育室無料貸切」と書いて9月25日（必着）までに同体育館へ
	〃	②19:00～21:00		—		
武道場	合気道　体験会	9:00～11:00	区内在住、在学、在勤の方	合気会	—	当日、直接会場へ
	カポエイラ　体験会	11:00～12:00		コハダンジコンタス		
	柔道　体験会	12:00～14:00		杉並柔道会		
	養生健康法　体験会	14:00～15:00		京劇俳優・寇然		
	護身術　体験会	15:00～16:00		津村　恵治		
	空手　体験会	16:00～17:00		六石門		
	無料貸切	①17:00～19:00		—	4団体	往復ハガキに 希望時間と「武道場無料貸切」と書いて9月25日（必着）までに同体育館へ
	〃	②19:00～21:00		—		

地下ラウンジ	すだちの里のパンの販売・お弁当の販売	11:00～15:00	―	―	―	当日、直接会場へ