

# E TAC杉並区永福体育館

☎ 03-3328-3146

📍 永福1-7-6



開場時間 9:00～21:00 休場日 毎月第2水曜日、年末年始

ホームページ <https://www.eifuku-sports.com/>

交通 京王線「下高井戸駅」から徒歩8分

京王井の頭線「永福町駅」から徒歩10分



E	教室名		教室内容	対象定員	申込方法	参加費	障害者参加
	日程	時間					
E1	<b>はだしでのんびり健康運動</b>		【要予約】 オーストラリアの白砂の上で裸足で動いてみませんか? バランス感覚を養い体幹の強化が期待できます。	概ね 60歳以上 各5名	開催日の1週間前の8時30分から電話または直接窓口へ	<b>初回無料</b> 2回目以降500円	要相談
	毎週月・水曜日 ※第2水曜日休館 (祝日・年末年始12/28～1/4除く) 水曜日のみ1月は開催なし	9:30～ 10:30					
E2	<b>ママさんビーチサッカー</b>		【要予約】 砂の上でボールを使って体をうまく動かしてみましょう。	15歳以上 (中学生除く) 各5名	開催日の1週間前の8時30分から電話または直接窓口へ	<b>無料</b> 通常は700円	要相談
	毎週月・水曜日 ※第2水曜日休館 (祝日・年末年始12/28～1/4除く) 水曜日のみ1月は開催なし	10:45～ 11:45					
E3	<b>親子でボール遊び</b>		【要予約】 親子で楽しくボール遊び、疲れたら砂遊び♪ お子様の様子に合わせて身体を動かしましょう!	2歳半～と 保護者 各10組	開催日の1週間前の8時30分から電話または直接窓口へ	<b>無料</b> 通常は500円	要相談
	毎週月・水曜日 ※第2水曜日休館 (祝日・年末年始12/28～1/4除く) 水曜日のみ1月開催はなし	12:00～ 12:45					
E4	<b>はだしてサッカー①</b>		【要予約】 砂の上でボールを使って楽しく身体を動かします!	3歳～ 未就学児 各5名	開催日の1週間前の8時30分から電話または直接窓口へ	<b>無料</b> 通常は1,270円	要相談
	毎週月曜日 (祝日・年末年始12/28～1/4除く)	15:30～ 16:30					
E5	<b>はだしてサッカー②</b>		【要予約】 砂の上でボールに慣れることから始めるので、楽しく安心して参加できます!	小学1～ 3年生 各5名	開催日の1週間前の8時30分から電話または直接窓口へ	<b>無料</b> 通常は1,270円	要相談
	毎週月曜日 (祝日・年末年始12/28～1/4除く)	16:30～ 17:30					
E6	<b>はだしてサッカー③</b>		【要予約】 不安定な砂の上で、体力やボールコントロール向上を目指します!	小学4～ 6年生 各5名	開催日の1週間前の8時30分から電話または直接窓口へ	<b>無料</b> 通常は1,270円	要相談
	毎週月曜日 (祝日・年末年始12/28～1/4除く)	17:30～ 18:30					
E7	<b>みんなのビーチサッカー</b>		【要予約】 元日本代表で現在も現役でプレーするビーチサッカー選手に基礎から教わります!	中学生以上 各5名	開催日の1週間前の8時30分からwebにて申込み可能	<b>初回無料</b> 2回目以降500円 通常は1,270円	要相談
	毎週水曜日 (祝日・年末年始12/28～1/4除く) ※第2水曜日は休館	19:20～ 20:50					
E8	<b>親子で和おどり教室</b>		【要予約】 流行りの音楽に合わせて、みんなで楽しく和おどり! 初めての方も大歓迎!	2歳半～と 保護者 各10組	開催日の1週間前の8時30分から電話または直接窓口へ	<b>無料</b> 通常は1,270円	要相談
	第2・4土曜日 (祝日・年末年始12/28～1/4除く)	11:10～ 11:55					

(E1～E7) 雨天・荒天の場合、中止になる場合がございます。施設までご確認ください。