

11月
23日(火・祝)
開 催

第10回 スポーツのまち麻生 わくわくイベント2021

場所:川崎市麻生スポーツセンター  後援:川崎市麻生区

○協賛:川崎市総合型地域スポーツクラブ育成連絡協議会/川崎市総合型地域スポーツクラブネットワーク会議

☆印は、障がいのある方でも参加できます。

◆事前申込不要!!各プログラムがこの日だけ無料参加OK!!◆各プログラムの詳細は裏面をご覧ください。

「親子でバドミントン」

バドミントンを始めてみたい人も、
ゲームをエンジョイしたい人も、
親子で一緒に基本から
バドミントンの楽しさを体験します。

「スポーツウエルネス吹矢」

公式の競技用具を使用したスポーツ吹矢を体験
できます。専門のコーチが吹き方から精神集中
方法まで分かり易く指導します。
なお、十分な感染対策をいたします。

「親子でバスケットボール」

パスやドリブル、シュートなど楽しく
バスケットボールの基礎を学びます。
親子で一緒にミニゲームもやってみましょう。

「スポーツスタッキング」☆

スポーツタッキングとは、カップを
ピラミッドの形に積み上げたり崩したりする
速さを競うスポーツです!
ゲーム感覚で反射神経・集中力が
どんどんUPしていきます。

「親子でスポーツ合気道」

合気道の形や技法を学びます。
体幹を鍛え、しなやかな身のこなし、
美しい姿勢での動作を身につけます。
親子での参加也大歓迎です。

「パラリンピック競技ポッチャ体験」☆

パラリンピックの競技種目でもあるポッチャは、
競技者に赤色/青色の六つのボールが与えられ、
それを対戦相手と交互に一つずつ投げたり、
転がしたり、他のボールに当てたりして、
ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに
いかに近づけるかを競う楽しい競技です。

「書道教室」

正しい筆の使いや字の形を学びます。
初めての方も大歓迎です。
学習に必要な集中力も身につきます。
親子での参加也大歓迎です。

- デッサン/書道作品等の展示(館内)
- インボディ測定会
- トレーニング室無料開放(中学生以上)
初めての方は初回説明会をご受講ください。

主催団体

- ◇ 金程中学校区総合型スポーツクラブ「わ・わ・わ・クラブ」 麻生区金程2-10-1 金程小学校内(事務局)
TEL:070-4557-4094 (HP) <https://sites.google.com/view/wawawaclub>
- ◇ NPO法人柿生地区総合型地域スポーツクラブGET 麻生区上麻生7-14-1 GET事務局
TEL:090-3754-2017 (HP) <https://get-kakio.com/>
- ◇ NPO法人中野島総合型スポーツクラブ「ビルネ」 多摩区中野島1-16-1ビルネクラブハウス:中野島中学校体育館1階
TEL:044-932-4838事務局伊藤 (HP) <http://birnehome.web.fc2.com/>
- ◇ 麻生スポーツセンター 麻生区上麻生3-6-1
TEL:044-951-1234 (HP) <https://asaspo.com/>

 後援:川崎市麻生区

切り取り

「保護者の方の参加承認」

バドミントン、バスケットボール、スポーツ合気道には、お子様だけでも参加可能ですが、
お子様が参加されることをご署名にて承認いただきたくお願いいたします。

お子様のお名前: _____ 保護者のご署名: _____

※なお、保護者の方の承認は、この用紙にこだわらず何かお手元のメモ書きで結構です。

イベント
タイム
スケジュール

11/23 (火・祝) 開催

教室
いろいろ

無料体験!!

時間	大体育室	小体育室	第1武道室	第2武道室	研修室	ロビー・通路	トレーニング室						
9:00													
30													
10:00	親子で バドミントン 10:00~12:00 定員30名程度	スポーツ ウエルネス 吹矢 9:30~14:30	スポーツ スタッキ ング 9:30~ 12:00	9:30~ 15:30	親子で スポーツ 合気道 9:30~11:30 定員20名程度								
30													
11:00													
30													
12:00													
30													
13:00													
30													
14:00	親子で バスケット ボール 13:30~15:30 定員30名程度		パラリン ピック 競技 ポッチャ 体験 13:00~ 15:30										
30													
15:00													
30													
16:00													
30													
17:00													
5													
21:15													

イベント参加希望の方は、動きやすい服装・室内シューズを持参下さい。ロッカーを使用される場合100円玉をご用意ください。(使用後返却されます)

Inbody測定会

自分の身体を知ろう!
眼をきたまま測定可!
測定たったの**3分間!!**

測定
無料

体脂肪

筋肉

身体バランス

開催時間 10:00~11:30
13:00~14:30

※各開催時間30分前に受付を終了いたします。
会場:観覧席(2F)

※下記の方は測定できません。

- ・ペースメーカーを付けている方
- ・妊娠されている方

◆参加方法(各プログラム15分前から受付を開始します)

プログラム	時間	対象者	留意事項
スポーツウエルネス吹矢	9:30~14:30	小学生以上	運動のできる服装、室内シューズ、お飲み物
スポーツスタッキング	9:30~12:00	どなたでも参加可	動きやすい服装、室内シューズ、お飲み物
親子でスポーツ合気道	9:30~11:30	小学生~大人	運動のできる服装、幼児も保護者同伴の場合は可
親子でバドミントン	10:00~12:00	小学生と保護者 ※お子様だけの参加可。	運動着、室内シューズ、汗拭きタオル、飲み物、お持ちの方はラケット
書道教室	10:00~11:30	小学生~大人	書道道具または大筆をお持ちの方はご持参ください。
パラリンピック競技ポッチャ体験	13:00~15:30	どなたでも参加可	動きやすい服装、室内シューズ、お飲み物
親子でバスケットボール	13:30~15:30	小学生と保護者 ※お子様だけの参加可。	運動着、室内シューズ、汗拭きタオル、飲み物、お持ちの方はバスケットボール
絵画作品展示	9:30~15:30	どなたでも	展示スペースです。作品には触らないでください。
書道作品展	9:30~15:30	どなたでも	玄関ホールに展示します。
InBody測定会	10:00~11:30 13:00~14:30	18歳以上	※裸足で測定を行います。
トレーニング室	9:00~21:15 最終入場(20:45)	中学生以上 ※初めての方は初回説明会のご受講下さい。また混雑が予想されるため事前予約が必要になります。	運動着・室内シューズ・汗拭きタオル・飲み物。 ※ジーパン・スカート類・Y-シャツ類・サンダル類、その他運動に適していない場合お断りする事もございます。 ※営業時間は変更(短縮)になる場合がございます。

- 参加される方は、入口にて体温の測定と手指の消毒をお願いいたします。各教室での感染防止策にご協力をお願いいたします。
- 全てのプログラムは当日参加になります。参加者が多い場合、入場規制または参加できない場合もございます。
- 各プログラムの進行状況により、時間の変更や開催を中止する事もございますのでご了承ください。
- 運動系のプログラムには、運動着、室内シューズ、汗拭きタオル、飲み物を必ずご持参ください。書道は、室内履きで結構です。
- 各種目の用具貸出は数に限りがございますので、お持ちの方はご持参にご協力下さい。
- 当施設有料駐車場は台数に限りがございますので、当日は公共の交通機関をご利用ください。
- お子様だけでも参加可能ですが、保護者の参加承諾が必要です。