

SSCホワイエ上石神井

うわばきを忘れずに!



みんなでスポーツの日

2025年10月13日(月祝)

上石神井体育館 地下1階、9時15分受付開始、9時30分スタート

競技場(地下1階)での開催種目



ビーチボール・合気道体験
9:30~11:45 *小学生以上



剣道体験 *小学生以上
13:30~15:00

こどもひろば・くつしたまいれ・スラックライン・マツ山・トランポリン
・シャッフルボード・ポッチャ 9:30~11:45/13:30~15:00 *3才児以上

第二武道場での開催種目



卓球 9:30~11:45
*小学生以上 13:30~15:15

第一武道場での開催種目



マーじゃんであそぼう! 9:30~11:00
*小中学生対象 13:30~15:00

プールでの開催種目

*水泳帽・水着要持参



水中アスレチック *小中学生対象 9:10~11:45

参加したくなる いちおしイベント! 競技場(地下1階)

ブラインドサッカー (スポーツリーダー) 13:30~15:00

今年もやります必見イベント

競技場(地下1階)

金管バンド演奏会 (上石神井北小学校) 12:00~12:30

ストレッチ体操 (SSCホワイエ上石神井) 12:35~13:00

参加費: 幼児、小学生、中学生は無料、
高校生・大人は100円/1人

持ち物: うわばき・飲み物・動きやすい服装

問い合わせ: SSCホワイエ上石神井

TEL/FAX 03-3929-8100

Eメール ssc-kamisyakujii@nerimassc.gr.jp

HP <http://nerimassc.gr.jp/ssckami/>

生協病院コラボ企画 館内ロビー

まちかど健康チェック

9:30~11:45



ご注意: 参加者が多い場合は入場を制限することがあります。