楽しいスポーツ体験交流の日！

SSCホワイエ上石神井

みんなでスポーツの日

うわばきを忘れずに！

2026年10月12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15時まで

競技場(地下1階)での開催種目

ビーチボール *小学生以上
9:30～11:45

ピックルボール *小学生以上
9:30~11:45/13:30~15:00

こどもひろば・スラックライン・マット山・トランポリン・ボッチャ
シャッフルボード　9:30～11:45／13:30～15:00 *3才児以上

第二武道場での開催種目

剣道体験・・・・9:30～11:45
モルック・・・13:30～15:15
*小学生以上

第一武道場での開催種目

マージャンであそぼう!　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)

合気道体験　13：30～15：00

みんなで参加しよう　今年もやります必見イベント　競技場(地下1階)

新体操発表　(RIAN RG)
ストレッチ体操　みんなで一緒におどろう!　12：00～13：00

参加費：無料
持ち物：うわばき・飲み物・動きやすい服装

生協病院コラボ企画　館内ロビー

まちかど健康チェック
10:30～12:00

問い合せ：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/

ＨＰで検索を！

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。