

2018年

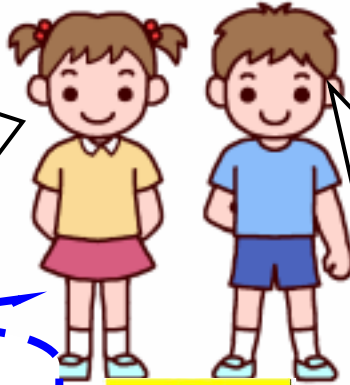
平成30年

# 体育の日



10月8日

(月・祝)



かみしゃくじいたいいくかん  
上石神井体育館

むりょう かいほう  
終日無料開放!

たいいくかん あそ  
体育館で遊ぼう

屋内プールでは(地下2階)

9:30~ 水中アスレチック

13:10~アクアダンスエクササイズ

水着と水泳帽持ってきてね♪

## ニュースポーツにチャレンジ!!

(9:00~15:00 地下1階 競技場・武道場にて)

競技場(アリーナ地下1階)では

ビーチボールバレー  
ラケットテニス・トラ  
ンポリン・ドッジビー  
こどもひろば  
スラックライン  
シャトルでドン! 他



11:30から12:55(アリーナ地下1階)では

11:35~ ハッピー・パースの生演奏が聴ける!

上石神井北小金管バンド

12:15~ リズムに合わせて体ほぐし。会場全員でご参加下さい♪

ホワイエ健康体操教室体験

玄関前では  
焼きそば・フランク  
フルト・わたがし  
焼き菓子パン・販売  
します(有料)



うわばき  
わすれずに

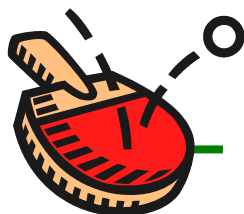


武道場(トレーニング室前)では

9:00~15:00 (11時半~13時はお休み)

スポーツちゃんばら

たっきゅう  
卓球



主催 NPO 法人スポーツクラブホワイエ上石神井

共催 練馬区地域文化部 スポーツ振興課

協力 毎日興業・首都圏・練馬共同事業体

問い合わせ: 3929-8100 SSC 上石神井事務局