

横浜
元気!!

よこはま
ウォーキングポイント
参加対象年齢が「18歳以上の方」に拡大!

スポーツ・レクリエーション フェスティバル 2017

10月29日(日) 9:00~17:00

日頃の感謝を込めて、参加無料のイベントを多数ご用意しました。ぜひご来館ください。

全プログラム
参加無料



鶴見虹子さんによる
体操教室
(低学年) 12:50~14:30
(高学年) 15:00~16:30

元オリンピック代表
鶴見虹子さんによる
体操教室。
マット運動と平均台
にチャレンジ!
鶴見さんのデモン
ストレーション、世界
選手権でのメダルも
披露!

筋膜リリース&ヨガ 9:00~10:30

マッサージ効果の高い筋膜リリースとヨガを融合した、「心と身体を解きほぐし精神の安らぎと生きる喜びを得る」レッスン。

対象 ● 16歳以上
定員 ● 40名

元気はつらつ教室 13:00~14:00

ロコモティブシンドローム予防のために体力&筋力アップをして、いつまでも健康で楽しい日々を!

対象 ● 50歳以上 定員 ● 40名

対象 / 定員 ● (低学年) 小学1~3年生 / 40名
● (高学年) 小学4~6年生 / 50名

5歳から体操を始める。中国人コーチの陶曉敏にその才能を認められ、朝日生命体操クラブ在籍。その後2006年、14歳で全日本選手権女子個人総合で初優勝。14歳で出場した全日本選手権の初優勝から、史上初となる6連覇を達成。2008年北京オリンピック、2012年ロンドンオリンピックと2大会連続で出場し、北京ではエースとして活躍。24年ぶりとなる団体総合入賞に大きく貢献した。2015年に現役を引退。現在は株式会社NBHに所属し、鶴見オリジナル指導方法と理学療法(NBHボディビレッジパーソナルチーム監修)を取り入れた、次世代の育成キッズ&ジュニア体操スクールを開講中。

ロビーイベント

ダーツ体験

10:00~13:00

神奈川県ダーツ協会によるダーツ体験会!

その場でだれでも気軽に参加できます!

対象 ● どなたでも

(未就学児は保護者同伴)



バルーンアートSHOW!!

- ① 12:00~12:40
- ② 13:00~13:40
- ③ 14:00~14:40

ふーせんのトラちゃんによるバルーンアートSHOW!!
まねっこして、自分でつくってみよう!

対象 ● どなたでも

地域作業所 パン・クッキー販売

11:00~16:00 ござうハウスさんによるおいしい手作りパン・クッキー販売。
*ゴミの分別・お持ち帰りにご協力をお願い致します。

観覧自由

パフォーマンス発表会

9:45~

都筑区で活動している団体によるパフォーマンス発表会。



指定管理者: 公益財団法人 横浜市体育協会

横浜市都筑スポーツセンター

〒224-0053 横浜市都筑区池辺町 2973-1

Tel.045-941-2997

Fax.045-949-0477

http://www.yssp.or.jp/tsuzuki_sc_ysa/

開館時間
月・金・土 9:00~23:00
火・木 9:00~21:00
日・祝 7:30~21:00

休館日 第4月曜日
(祝日の場合は翌日)

交通案内

- 市営地下鉄「センター南駅」から市営バス318系統(乗車時間約20分)「龍雲寺」下車徒歩1分
- 市営地下鉄「都筑ふれあいの丘駅」から市営バス318系統(乗車時間約13分)「龍雲寺」下車徒歩1分
- 市営地下鉄「仲町台駅」から市営バス318系統(乗車時間約10分)「都筑スポーツセンター」下車



駐車場

常設約 80台(混雑時に満車になる場合がございます。あらかじめご了承ください。) 料金: 2時間 300円、以降30分ごとに50円



個人情報の取扱いについて

- 1 事業者の名称 公益財団法人横浜市体育協会
- 2 個人情報の利用目的 ご記入いただいた個人情報は、お申込みされたスポーツ教室にかかる参加当落や開催中止等の連絡、参加料管理、名簿作成、健康状態把握、過去の教室参加履歴確認、傷害保険加入、新規教室及びイベント事業のご案内のために利用します。
- 3 個人情報の第三者提供について ご記入いただいた個人情報について、第三者へ提供することはありません。
- 4 個人情報の取扱いの委託について ご記入いただいた個人情報の取扱いについて、事業の必要性により、利用目的の範囲内で業務の全部又は一部を外部に委託する場合があります。業務委託先に関しては、個人情報を適切に取り扱っていると認められる委託先を選定し、

- 契約において個人情報の適正管理・機密保持などの個人情報の漏えい防止に必要な事項を取り決め、適正管理の実施を義務づけます。
- 5 個人情報の開示等及び問合せについて 当協会が保有する個人情報の利用目的の通知・開示・内容の訂正・追加または削除・利用の停止・消去および第三者への提供の停止に応じる窓口は、7の問合せと同じです。
 - 6 個人情報をご提供いただいた場合の取扱い 必要事項をご記入いただけない場合、お申込みできない場合があります。
 - 7 当協会の個人情報取扱いに関する苦情、相談等の問合せ先
個人情報保護管理責任者: 公益財団法人横浜市体育協会 事務局長
お問合せ窓口: 総務部総務課 電話 045-640-0011 FAX045-640-0021

横浜元気!! スポーツ・レクリエーションフェスティバル2017

事前申込プログラム

申込期間●10/14(土) 8:45 から先着順で受付 申込方法●電話または直接来館にて受付
 ・各プログラムとも定員に満たない場合は当日受付もいたします。・お申込みにあたり、表面の「個人情報情報の取扱いについて」に同意の上、お申込みください。・事前準備の都合上、お申し込み後のキャンセルはご遠慮ください。・受付は各プログラム開始時間の15分前からとなります。・運動プログラムにご参加の際は、運動のできる服装と室内履き、タオルをご用意ください。・応募状況により、中止となる教室がありますのでご了承ください。

全プログラム参加無料

子ども向けスポーツ教室

鶴見虹子さんによる体操教室

(低学年)12:50~14:30
 (高学年)15:00~16:30

元オリンピック代表 鶴見虹子さんによる体操教室。マット運動と平均台にチャレンジ! 鶴見さんのデモンストレーション、世界選手権でのメダルも披露!

対象●
 (低学年)小学1~3年生
 (高学年)小学4~6年生
 定員●
 (低学年)40名
 (高学年)50名



親子でスポーツチャンバラ体験会

15:00~16:30
 親子でスポーツチャンバラにチャレンジしよう!
 対象●幼稚園児と保護者
 定員●20組



竹の子会ハンドボール体験会

9:30~11:30
 都筑区の総合型地域スポーツクラブ竹の子会によるハンドボール体験会。オリンピック種目でもあるハンドボール。この機会に体験してみませんか?
 対象●小学3~6年生
 定員●30名



大人向けスポーツ教室

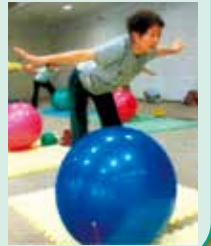
筋膜リリース&ヨガ 9:00~10:30

筋膜リリースとヨガの融合「心と身体を解きほぐし精神の安らぎと生きる喜びを得る」レッスン。
 対象●16歳以上
 定員●40名



元気はつらつ教室 13:00~14:00

ロコモティブシンドローム予防のために体力&筋力アップをして、いつまでも健康で楽しい日々を!
 対象●50歳以上
 定員●40名



当日参加OKプログラム

・受付は、各プログラム開始時間からプログラム終了15分前までとなります。
 ・運動プログラムにご参加の際は、運動のできる服装と室内履き、タオルをご用意ください。
 ・応募状況により、中止となる教室がありますのでご了承ください。



工作ひろば

14:30~16:30
 どんぐりなど自然のものを使って、工作しよう!
 対象●どなたでも



体力測定会 11:00~12:30

今の自分の体力を知ろう!
 ロコモチェックもできます!
 対象●16歳以上



さわやかスポーツ体験会

14:30~16:30
 誰でも簡単に楽しむことができる、さわやかスポーツの体験会!
 対象●どなたでも



都筑区体育協会 スポーツ体験

12:30~14:30
 都筑区体育協会によるスポーツ体験会。
 対象●どなたでも



トレーニング室 無料開放 7:30~20:50

最新鋭のランニングマシン、エアロバイク、筋力アップトレーニング機器が使い放題!
 *中学生以下は使用できない機器があります。

InBodyによる無料の体組成測定会

InBodyで分かること
 体重、筋肉、体脂肪はもちろん、左右の筋肉量のバランスや体の構成成分(水分・タンパク質・ミネラル)も知れます。右腕・左腕・体幹・右脚・左脚と人体を5つに分けそれぞれを測定することができるため、精度の高い結果を得られます。
 *ペースメーカーご使用の方、妊婦の方はご遠慮ください。



対象●6歳以上 定員●各10名
 ①11:30~12:00 ②13:30~14:00 ③15:30~16:00

スケジュール

10/29(日)は1日たっぷりみんなですポーツを楽しもう!

	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00~20:50
第1体育室				ハンドボール体験			体操教室(低学年)		体操教室(高学年)		
第2体育室				発表会			区体協		親子スポーツチャンバラ		
第3体育室			筋膜リリース&ヨガ		体力測定会		元気はつらつ		さわやかスポーツ体験		
研修室							休憩室(飲食スペース)		工作ひろば		
1階ロビー					ダーツ体験						
2階ロビー							バルーンアートショー				
トレーニング室											トレーニング室 終日無料開放(ショートプログラム・インボディ体験など)

お問合せ 045-941-2997 都筑スポーツセンター