

	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
妙正寺体育館	<p>大体育館 随時参加 ふわふわアスレチック/おもしろ自転車/ボールプール 10:00~17:00</p> <p>小体育室 随時参加 体力測定会 10:00~12:00 (定員) なし (対象) どなたでも (一部年齢制限あり)</p> <p>1F 通路 当日参加 チョキペタス図工室①・② ①10:00~11:00 ②11:15~12:15 (定員) 各12名 (対象) 3歳以上</p> <p>テニスコート 事前抽選 親子テニス教室 ①9:10~10:10 ②10:20~11:20 (定員) 各10組20名 (対象) ①未就学児とその保護者 ②小学生とその保護者</p> <p>事前抽選 ①テニス教室 初中級 11:30~12:40 ②テニス教室 中上級 13:35~14:45 (定員) 各12名 (対象) 16歳以上</p> <p>事前抽選 テニスコート 無料開放 9:00~17:00</p>							
上井草スポーツセンター	<p>プール 当日参加 ぐるぐるロール ① 9:30~10:30 (対象) 4歳以上</p> <p>当日参加 みんなdeアクアピクス 10:35~50</p> <p>当日参加 水中スクーター 体験会① 11:00~12:30 (定員) 60名 (対象) 4歳以上 小学3年生以下は要保護者同伴</p> <p>事前抽選 ハイドロトン 体験会 ①12:35~13:05 ②13:10~13:40 (対象) 高校生以上 (定員) 各10名</p> <p>当日参加 プールdeパズル 13:50~14:20</p> <p>当日参加 水中スクーター 体験会② 14:30~15:50 (定員) 50名 (対象) 4歳以上 小学3年生以下は要保護者同伴</p> <p>当日参加 ぐるぐるロール ② 16:00~16:55 (対象) 4歳以上</p> <p>当日参加 上井草 タイムトライアル25 17:10~17:55</p> <p>無料開放 9:00~20:50 おひとり様 90分まで (着替えを含む) ※オムツが取れているお子さまから可</p> <p>3F 小運動場 随時参加 ゲートボール体験会 10:00~12:00 (定員) なし (対象) どなたでも</p> <p>事前先着 親子サッカー教室 13:30~14:20 (定員) 24組48名 (対象) 年少~未就学児と保護者</p> <p>事前先着 小学生サッカー① 14:30~15:30 (定員) 36名 (対象) 小学1~3年</p> <p>事前先着 小学生サッカー② 15:40~16:40 (定員) 36名 (対象) 小学4~6年生</p> <p>ランニング教室 事前先着 17:10~18:10 (定員) 36名 (対象) 小学生</p> <p>2F ふらっと広場 随時参加 チャリティーバザー 10:00~15:00</p> <p>事前先着 昭和歌謡エアロ 9:50~10:40 (定員) 40名 (対象) 15歳以上(中学生不可)</p> <p>事前先着 ダンベルシェイプハード 11:00~12:00 (定員) 40名 (対象) 15歳以上(中学生不可)</p> <p>事前先着 ファットバーンシェイプ 12:15~13:15 (定員) 40名 (対象) 15歳以上(中学生不可)</p> <p>事前先着 チアリーディング 体験会① 13:30~14:30 (定員) 40名 (対象) 4歳~小学3年生</p> <p>事前先着 チアリーディング 体験会② 14:45~15:45 (定員) 40名 (対象) 小学生~中学生</p> <p>女性・初心者向け 個サル 18:30~19:30</p> <p>1F 小体育室</p> <p>1F トレーニング室 随時参加 無料開放 9:00~20:50 おひとり様 90分まで (着替えを含む) 15歳以上 (中学生は除く)</p> <p>1F こども広場 随時参加 鉄道模型を走らせよう① 10:00~12:00 (定員) なし (対象) 幼児・小学生</p> <p>随時参加 鉄道模型を走らせよう② 13:00~15:00 (定員) なし (対象) 幼児・小学生</p> <p>個サル 19:40~20:40</p> <p>B1F 整骨院 随時参加 整骨院 健康相談 10:00~16:00 (定員) なし (対象) 15歳以上 (中学生除く)</p> <p>弓道場 当日参加 弓道体験会 13:00~16:00 (定員) 100名 (対象) 小学4年生以上 ※靴下を必ず持参</p> <p>テニスコート 事前抽選 テニスコートA面 無料開放 9:00~21:00 (要予約 1時間ごと) ※詳細は下段をご確認ください。</p>							

事前抽選

妙正寺体育館 テニスコートについて

A面… 教室終了後 無料開放

B面… 終日 無料開放 (要予約 1時間ごと)

※詳細は下段をご確認ください。

★ スポーツフェスティバル参加方法 ★

事前先着 **事前抽選**

オンライン申込

【申込みの流れ】

ホームページまたは下記QRコードより【教室オンライン申込】にアクセス希望の教室を選択し応募する

※参加する方のお名前でお申込みください。

※info@suginami-ttm.comのメール受信が出来るようにしてください。

事前先着 【応募〆切】9月20日(金)10:00 ~ 10月12日(土)23:59まで

事前抽選 【応募〆切】9月20日(金)10:00 ~ 10月5日(土)23:59まで

【結果発表】10月8日(火)以降 順次メールにてお知らせ

対象：杉並区在住・在学・在勤の15歳以上(中学生除く)の方

事前抽選

屋外テニスコート無料貸出

【上井草スポーツセンター】

① 9:00~10:00	⑦ 15:00~16:00
② 10:00~11:00	⑧ 16:00~17:00
③ 11:00~12:00	⑨ 17:00~18:00
④ 12:00~13:00	⑩ 18:00~19:00
⑤ 13:00~14:00	⑪ 19:00~20:00
⑥ 14:00~15:00	⑫ 20:00~21:00

【妙正寺体育館】

① 9:00~10:00	⑦ 15:00~16:00	A
② 10:00~11:00	⑧ 15:00~16:00	B
③ 11:00~12:00	⑨ 16:00~17:00	A
④ 12:00~13:00	⑩ 16:00~17:00	B
⑤ 13:00~14:00		
⑥ 14:00~15:00		

お1人様、上井草スポーツセンター①~⑫・妙正寺体育館①~⑩より1つお申込みください。

※1面貸出 **複数枚の申込不可**

※お申込みの代表者は15歳以上(中学生除く)の方に限ります。一緒にプレイする方は年齢不問

※当選された方は当日身分証明書の提示が必要となります。

【応募〆切】9月20日(金)10:00 ~ 10月5日(土)23:59まで

【結果発表】10月8日(火)以降 順次メールにてお知らせ

当日参加

当日、直接会場にお越しください。受付時間から先着順となります。定員になり次第受付終了。開催時間内にお越しください。

随時参加

当日、直接会場にお越しください。定員制限なし。開催時間内にお越しください。

持ち物チェックシート

<input type="checkbox"/> 運動できる服装	<input type="checkbox"/> 水泳キャップ
<input type="checkbox"/> 室内シューズ	<input type="checkbox"/> 水着
<input type="checkbox"/> 汗拭きタオル	<input type="checkbox"/> ゴーグル
<input type="checkbox"/> 飲み物	<input type="checkbox"/> バスタオル

※現在レンタル用品の取り扱いは中止しています。 ※くつマークのあるものは室内シューズが必要となります。

●内容は現時点での予定の為、変更になる場合がございます。詳細は直接受付までお問い合わせください。 ●各種プログラムには無料で参加いただけます。●各イベントの定員は予定定員です。 ●ゴールの入場は、日常生活でオムツがとれたお子様からになります。●今後の社会状況によっては開催を中止する場合があります。●館内定座から移動の際は室内シューズと外靴の履き替えをお願いします。 ●いただいた個人情報適切に管理いたします。

