



詳しくは裏面  
HPをチェック!!

# 綾瀬市

## 健康スポーツ

# フェスティバル2024

# 2024.11.10

日

## 10:00 ~ 15:00

(※SC相模原 サッカー教室のみ 9:00から)

室内シューズを  
お持ちください!

### 陸上競技場

- ・SC相模原サッカー教室 ※予約制
- ・ノジマステラフース
- ・ミス/走り方教室 ※予約制・有料
- ・ノルディックウォーク教室 ※予約制
- ・ハンドボールスクール体験 ※予約制
- ・スポーツスクール体験 ※予約制

### 体育室

- ・ニュースポーツ体験
- ・激ムズチャレンジ
- ・ドキドキスポーツ
- ・ミス/流忍者学校 ※予約制・有料

※予約制  
申込開始日  
10月14日

### トレ室



※予約制  
申込開始日  
10月14日

- ・距離と重さぴったり当て  
チャレンジ!!

### 武道・多目的室

- ・フィットネス体験 ※予約制
- ・サイバーボッチャ体験
- ・3033体力測定会

### ロビー・談話室



※予約制  
申込開始日  
10月7日

- ・健康測定コーナー  
[ベジチェック・血管年齢測定・握力測定]
- ・あやともマルシェ
- ・ミス/ショップ
- ・大和警察フース(渡り上手くん)
- ・クラブ革コインケース・ミサンガづくり

※有料

### 屋外エリア

- ・テニス教室体験会 ※予約制
- ・あやせフードトラック
- ・綾瀬消防フース
- ・JAさがみ 野菜販売
- ・車椅子ソフトボール体験
- ・ミス/ベースボールコーナー

会場

IIMUROGLASS  
綾瀬市民スポーツセンター

TEL

0467-76-9292

# 綾瀬市健康スポーツフェスティバル2024 タイムスケジュール

	<b>大体育室(奥)</b> 10:00~15:00 ニュースポーツ体験	<b>大体育室(手前)</b> 10:00~15:00 激ムズチャレンジ ドキドキスポーツ	<b>談話室</b> 10:00~15:00 大和警察(渡り上手くん) ミズノショップ	<b>ロビー</b> 10:00~15:00 健康測定 あやともマルシェ コインケース・ミサンガづくり	◎コインケース・ミサンガづくり 野球クラブに使う革を利用し、世界に一つだけのコインケースとミサンガを作ろう!! ※留め具固定に工具を使用しますので、お子さんが作っている時は、できるだけ保護者同伴でご参加ください。 ※有料：500円
	<b>武道室(畳・床)</b> 10:00~15:00 サイバーボッチャ(床) 3033体力測定会(畳)	<b>陸上競技場・Bゾーン等</b> 10:00~15:00 ミズノベースボールコーナー ノジマステラブース(午前中のみ)	<b>テニスコートエリア</b> 10:00~15:00 車椅子ソフトボール体験	<b>屋外エリア</b> 10:00~15:00 フードトラック 綾瀬消防ブース JAさがみ野菜販売	<b>トレーニング室</b> 10:00~15:00 距離と重さの ぴったり当てゲーム
	<b>多目的室</b>	<b>小体育室</b>	<b>陸上競技場・フィールド</b> 9:00~10:00 SC相模原サッカー教室 予約制 定員20名 対象 小1~小3	<b>陸上競技場・トラック</b> 10:00~11:00 走り方教室① 予約制 定員30名 対象 年中~小2 有料 1,100円	<b>テニスコートエリア</b> ◎テニススクール体験 ラケットとボールを使って相手とラリーにチャレンジ!! 沢山の体験お待ちしております。
9					
10	10:00~10:40 ノルディックポール体操 講師 山本 予約制 定員20名 対象 小学生以上	10:00~11:30 ミズノ流忍者学校 予約制 定員30名 対象 年中~小3年 有料：1,500円	◎ハンドボール教室 「走る・跳ぶ・投げる」要素を含むハンドボールで運動能力向上を目指します! ポールを投げることからスポーツ好きに! ◎スポーツスクール体験 様々なスポーツや運動経験を通じて運動能力を向上しよう! 沢山身体を動かします!	10:30~12:00 ノルディックウォーク教室 予約制 定員30名 対象 小学生以上	
11	10:50~11:30 ジャズダンス 講師 yukapi 予約制 定員25名 対象 小学生以上	◎ミズノ流忍者学校			
	11:40~12:20 バレトン 講師 河合 予約制 定員25名 対象 小学生以上	「忍者がやる修行の動き」をやってみよう! 忍者の修行に見立てた運動あそびプログラム			
12	12:30~13:10 太極舞 講師 煤ヶ谷 予約制 定員25名 対象 小学生以上	13:30~15:00 ミズノ流忍者学校 予約制 定員30名 対象 年中~小3年 有料：1,500円	12:50~13:50 ハンドボール教室体験 予約制 定員24名 対象 小3~小6 講師 小田中	13:10~14:10 走り方教室 予約制 定員24名 対象 小3~小6 有料：1,100円	11:00~12:00 親子テニス 予約制 定員10組 対象 年長~小3 講師 梶谷
13	13:20~14:00 クラシックバレエ 講師 小泉 予約制 定員25名 対象 小学生以上				
14	14:10~14:50 ヨガ&ピラティス 講師 煤ヶ谷 予約制 定員25名 対象 小学生以上		14:00~15:00 スポーツスクール体験 予約制 定員24名 対象 年長~小3 講師 黒坂		14:00~15:00 テニススクール 予約制 定員10名 対象 小4~小6 講師 梶谷
15					

IIMUROGLASS綾瀬市民スポーツセンター

TEL: 0467-76-9292 〒252-1108 神奈川県綾瀬市深谷上3-6-1  
 【開館時間】 9:00 ~ 21:00 【休館日】 第三火曜日・年末年始



指定管理者 ミズノグループ