

10/14 月・祝  
MON  
Holiday

# みなと区民 スポーツ・体育祭

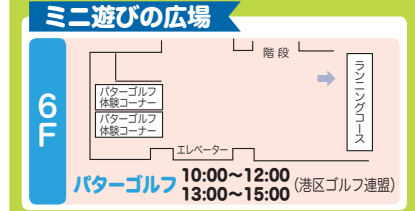
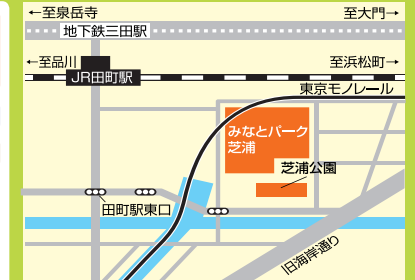
みんなとふれあい広がるスポーツの輪

10:00～16:30  
開会式 9:15～(雨天決行)

「みなと区民スポーツ・体育祭(スポーツまつり)」が、港区スポーツセンターをメインにみなとパーク芝浦一帯で開催されます。スポーツ体験コーナーや水泳教室、パン食い競走、自由参加のイベントが盛りだくさん！ご家族、お友達と一緒にスポーツセンターでの秋の休日をお楽しみください！★のついているものが当日体験できます。◎のついているものは、当日見学できるプログラムです。📍のついているものは、参加するのに上履きが必要です。体育祭は、10月14日(月・祝)～11月22日(金)の期間、各会場で白熱した競技大会が繰り広げられる催しです。

スタンプラリー開催！ 10:00～16:00  
イベントに参加して、スタンプを集めよう！  
5つ集めるとステキなプレゼントが！

8F	競技場2	◎ジュニアバドミントン教室 10:00～12:30 (港区バドミントン連盟)	★やってみようバドミントン(小学生以上) 📍13:00～16:00 (港区バドミントン連盟)
	競技場3	◎ジュニア卓球強化練習 10:00～12:00 (港区卓球連盟)	★ラリーを楽しんでみよう!! 📍13:00～16:00 (港区卓球連盟)
7F	屋外ランニングコース 📍(雨天時閉鎖)		★スロージョギング 📍14:00～15:00
6F	屋内ランニングコース 📍		
本部	アリーナ	★ジュニアバレーボール教室(半面)(7歳以上) 📍10:00～11:20 (港区バレーボール連盟)	★ラグビーサーキット2019(半面) 📍13:10～15:00 ((公財)日本ラグビーフットボール協会)
		★みんながニュースポーツにチャレンジ!(半面) 📍10:00～11:20 (港区野外活動協会)	★チャレンジドッチビー(半面)(3歳以上) 📍13:10～15:00 (港区スポーツ推進委員協議会)
		★パン食い競争(全面) 📍11:30～12:00 (港区スポーツ推進委員協議会)	◎チャリーディング 15:00～15:30 (芝浦エンジェルズ)
		◎バトントワリングパフォーマンス&体験会 12:00～12:30 (港区バトン協会)	◎和太鼓演奏 15:30～16:00 (源流芝太鼓連)
	◎和太鼓演奏 12:40～13:10 (大角会)	★綱引き 📍16:15～16:45 (実行委員会)	
	サブアリーナ	★みんながバドミントン!(5歳以上) 📍10:00～12:00 (港区バドミントン協会)	★みんなが運動をたのしもう 📍13:00～16:00 (東京都障害者スポーツ協会指導員 港区スポーツ推進協議会)
	武道場1	◎ジュニア柔道大会 10:00～13:00 (港区柔道会)	★合気道入門講座 13:30～15:30 (港区合気道連盟)
4F	武道場2	★ジュニアなぎなた教室及びみんながなぎなた体験(小学校1年生以上) 10:00～12:00 (港区なぎなた連盟)	★ちびっこ剣道体験会(4歳以上) 13:00～16:00 (港区剣道連盟)
	武道場3	★アーチェリー体験教室(小学校3年生以上) 10:00～12:00 (港区アーチェリー協会)	★弓道体験教室(6歳以上) (裸足不可 靴下必要) 13:00～16:00 (港区弓道連盟)
	会議室	★スポーツウエルネス吹矢体験会(4歳以上) 10:00～16:30 (港区スポーツウエルネス吹矢協会)	
	プール	◎ジュニア水泳教室(初回)兼・記録会 10:00～12:30 3コース (港区水泳協会) ★プールアトラクション 宝さがし・遊びの広場(水深70cm) 13:00～14:00 プールをご利用の方は、水着と水泳帽をご用意ください。イベント参加者は、着替えて10分前にプールサイドへ	
3F	競技場1	◎踊りの発表 11:00～11:30 (港区民謡舞踊連盟)	★キッズカンフー教室(5歳以上) 📍13:00～15:00 (港区武術太極拳連盟)
		★フォークダンス体験コーナー 📍11:30～13:00 (港区フォークダンス協会)	
	トレーニングパーク	★バレエストレッチ45 10:30～11:15	★かんたんエアロ45 📍11:30～12:15
		★マーシャルファイト60 📍13:45～14:45	★ヨガ60 15:00～16:00
	多目的室	◎ジュニア空手道強化練習 10:00～13:00 (港区空手道連盟)	★食育ワークショップ 14:00～15:30 (大塚製菓)
			★ワンポイント・コンディショニングアドバイス 11:00～14:00 (ルートヴィガー)
2F	ラクっちゃん入口	体成分測定～カラダを知って健康管理に役立てよう～(中学生以上) 10:00～12:00/14:00～16:00	
	研修室	パッゴで遊ぼう～子どもから高齢者までみんなで楽しめる的入れゲーム～ 10:00～16:00	
	自主活動室	まりつきエクササイズ～上手にまりを操れるかな?～ 10:00～12:00	
		けん玉エクササイズ～いろいろな技にチャレンジしよう～ 14:00～16:00	
		東京五輪音頭-2020-を踊ろう!～初めてでも大丈夫!振付を練習してみんなで踊ろう～ 13:00～14:00	



### ミニ遊びの広場

バタゴルフ体験コーナー 10:00～12:00 (港区ゴルフ連盟)  
13:00～15:00 (港区ゴルフ連盟)

### その他 イベント

**投球場横広場**  
ゲートボール初心者講習会 10:00～12:45 (港区ゲートボール連合会)  
体験グラウンド・ゴルフ 13:15～15:00 (スポーカル六本木・高松・青山)

**投球場**  
フリースローゲーム(バスケットボール)、バス体験 10:30～12:00、13:00～14:00 (港区スポーツ少年団)  
草地広場  
日光さる軍団 11:00～15:00 ※おさるさんが休憩しながら演技します。  
青空100人ヨガ 10:30～11:00  
射的、スーパーボールすくい 10:30～12:00、13:00～15:00 (港区スポーツ少年団)  
キックターゲット(サッカー) 11:00～12:00、13:00～15:00 (自主クラブ連絡協議会)  
少年チャリーディングチーム(HEROES) 13:00～13:30

**カフェ フルール**  
10:00～15:30  
区民ギャラリー  
RWC2019激熱 9/20(金)～10/16(水) ((公財)日本ラグビーフットボール協会)

**ジュニア水泳教室(初回)兼・記録会 事前申込必要**  
10/14(月・祝) 10:00～12:30  
港区スポーツセンタープール  
【対象】港区在住・在学の小学1年生～中学生で25mを25秒以内に泳げる方  
【定員】60人(抽せん) 【申込み・問合せ】往復ハガキの往信欄裏面に住所・氏名・年齢・性別・電話番号・在学者は学校名を、返信欄裏面に返送用の住所を明記のうえ、9/24(火)までに〒105-0023 港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦3階 港区スポーツセンター内 港区水泳協会「ジュニア水泳教室」までにお申し込みください。  
港区水泳協会 ☎080(4334)2513(13:00～17:00)

**無料体験ボウリング教室**  
事前申込必要  
10/14(月・祝) 10:00～11:30  
【対象】港区在住・在勤・在学者  
【定員】60人(先着順)  
【申込み・問合せ】9/12(木)～10/1(火)までに直接ボウリング場にお申し込みください。申込用紙はボウリング場にあります。  
東京ボートボール ☎03(3451)9211

**ゴルフプロによるワンポイントレッスン 事前申込必要**  
10/14(月・祝) 9:00～12:00/13:00～16:00  
【レッスン時間】1人30分  
【定員】24人(先着順) 【参加費】600円(貸しクラブ・ボール無料)  
【会場】住地ゴルフスクール(東京ボートボウル屋上階(RF))  
【対象】港区在住・在勤・在学者  
【申込み・問合せ】9/13(金)～10/1(火)までに、港区ゴルフ連盟事務局へ電話またはFAXでお申し込みください(FAXの場合、住所・氏名・電話番号)。  
港区ゴルフ連盟 ☎0120(101)495(平日9:00～17:30) ☎03(6866)9754

**【注意事項】**  
※一部事前申込みが必要な種目があります。  
※ラクっちゃん、スポーツセンター内のイベントに参加される場合は上履きを持参してください。  
左記以外のイベントの申込み・問合せ  
港区スポーツセンター ☎03(3452)4151  
Kissポート財団 スポーツ事業課 ☎03(5439)6201

【主催】2019年みなと区民スポーツ・体育祭実行委員会 【構成】港区、港区教育委員会、Kissポート財団、(一財)港区体育協会、港区スポーツ推進委員協議会、港区自主クラブ連絡協議会、港区立スポーツ施設指定管理者、港区立介護予防施設指定管理者 【協力】三田警察署 【協賛】森永製菓(株)、ココ、コーライストジャパン(株)、東京キリンビレッジサービス(株)、(株)ジャパンビレッジ東京、(株)ローソン  
※内容および時間が多少変更される場合があります。