



オリンピックと泳ごう!

無料

📍 駒場体育館
(☎3485-7761、☎3485-3926)

2008年北京オリンピック出場(100m・200m平泳ぎ)の競泳選手、末永雄太さんによる水泳講習会を開催します。オリンピックの泳ぎを、間近で見ることができるチャンスです。

🕒 11月23日(祝) ①13:00~13:50 ②14:00~14:50

📍 駒場体育館屋内プール(駒場2-19-39)

👤 平泳ぎレッスン、末永さんによる泳ぎの実演

👥 25m以上泳げる①16歳以上②小学4年~中学生

👤 各16人(各抽選)

📍 区HP(コード①)、ハガキ・FAX(「オリンピックと泳ごう」と明記のうえ、住所、氏名、電話、年齢、学年、得意種目、泳げる距離、在勤・在学者は名称・所在地を記入)で、10月15日~11月7日(必着)に、駒場体育館(〒153-0041駒場2-19-39、☎3485-3926)へ。窓口申し込み可



①

目黒区体育祭 秋季・冬季大会



📍 目黒区体育協会 (☎5722-8088、☎5734-1032)

👥 区内在住・在勤・在学者、目黒区体育協会の加盟団体(スポーツの学生連盟加入者は除く)

💰 ¥100~10,000円。保険料が必要な場合あり

📄 競技要項(各体育館(下記参照)で配布。区HP(コード②)から印刷可)に添付の申込用紙、参加資格が確認できるもの(学生証など)を、各申込期間に、体育館または指定先へ



②

種目	日時	会場	対象	申込期間
トリム体操	11月3日(祝) 9:00から	碑文谷体育館		当日会場へ
健康体操	11月3日(祝) 13:00から	八雲体育館	小学生以上	10月15~28日
音楽体操	11月13日(日) 13:00から	駒場体育館		当日会場へ
ダンス	11月20日(日) 11:00から	めぐろパーシモンホール(八雲1-1-1区民キャンパス内)	3歳以上	10月15日~11月19日
エアロビック	11月23日(祝) 9:00から	中央体育館	小学生以上	当日会場へ
サッカー	11月26日(土)、12月3日(土) 8:30から	砧サッカー場(世田谷区喜多見1-12-2)	中学生	10月17日~11月4日
グラウンドゴルフ	12月3日(土) 9:00から	碑文谷体育館		10月19日~11月18日
駅伝・ロードレース	12月4日(日) 9:30から	駒沢オリンピック公園(駒沢大学駅下車15分)	小学生以上	10月15日~11月4日
綱引き	12月18日(日) 9:00から	中央体育館		10月18日~11月17日

📍 (体育館) 駒場体育館(駒場2-19-39)、区民センター体育館(目黒2-4-36)、中央体育館(目黒本町5-22-8)、碑文谷体育館(碑文谷6-12-43)、八雲体育館(八雲1-1-1 区民キャンパス内)

地域のスポーツクラブ スポルテ目黒

📍 スポルテ目黒 (☎☎共通5768-0064)

スポルテ目黒は、「いつでも、だれでも、いつまでも」を基本に、どなたでも利用できる総合型地域スポーツクラブです。参加には会員登録が必要です。実施種目や開催日など詳細はスポルテ目黒HP(コード③)をご覧ください。



③

入会方法

碑文谷体育館2階スポルテ目黒(碑文谷6-12-43)の窓口で受け付け

🕒 受付日時 毎週月曜日9:00~16:00、土曜日13:00~16:00(祝・休日を除く)

会員の種類		会費(入会日から1年間。保険料・手数料を含む)
正会員		年額16,500円
利用会員	個人	年額40,500円
	ファミリー(3人以上の同居親族)	
賛助会員		一口10,000円

活動内容

📍 碑文谷体育館・野球場・庭球場(碑文谷6-12-43)

👤 太極拳、ミニテニス、親子・幼児リトミック(※1)、音楽体操、気功、フラダンス、スポーツチャンバラ、キッズダンス、卓球、フェンシング、スポンジテニス、野球、グラウンドゴルフ(※2)、サッカー、スナッグゴルフ(※3)、テニス、ノルディックウォーキング(※4)ほか

※1 音楽のリズムに合わせて体操や手遊びを行う ※2 ボールを打ち、ボールに当てる
※3 ゴルフの基礎を学ぶ ※4 2本のポールを使った歩行運動

📍 鷹番小学校体育館(中央町1-20-26)

👤 こどもかけっこ教室(縄跳び)

📍 碑小学校屋内プール

(碑文谷1-18-2)

👤 水泳

📍 五本木小学校体育館・屋内プール

(五本木2-24-3)

👤 はじめての空手教室、水泳

スポルテ目黒 18周年記念 イベント

🕒 11月6日(日)

📍 碑文谷体育館

(碑文谷6-12-43)

どなたでも参加できます! 希望者は当日会場へ



👉 詳細はこちら

📌 ご注意ください

- ・施設内で食事はできません
- ・検温やマスク着用にご協力ください
- ・未就学児は保護者同伴です
- ・スパイク、ハイヒール、サンダルでは参加できません
- ・車でのご来場はご遠慮ください

●庭球場

種目	時間	持ち物 テニスシューズ	
		対象	定員
子硬式・ジュニアテニス	9:30~10:55	小学3~6年生	各16人(先着)
	11:05~12:30		
子硬式・親子テニス	9:30~10:55	3歳~小学2年生と保護者	各8組(先着)
	11:05~12:30		
ソフトテニス交流ゲーム	9:30~10:55	小学生以上	各40人(先着)
	11:05~12:30		

●野球場

👤 各50人(先着) 持ち物 運動シューズ

種目	時間	対象
スナッグゴルフ	9:30~12:00	小学生以上
キックターゲット		
ストラックアウト	9:30~10:30	
キッズダンス		
フラダンス	11:00~12:00	

●駐車場

👤 テイクアウト販売(クレープなど)

🕒 9:30~13:00

●ウォーキングコース

👤 ノルディックウォーキング

🕒 10:00~11:00 📍 定20人(先着)