

NEWS 碑文谷 体育館

2018 10月号

碑文谷体育館便り
NO.127

碑文谷体育館・野球場・庭球場

検索 

Pick up リレーシヨンシツプ バランスボール

日程 11月16日 金曜日 1回

対象 18歳以上で障害のあるかた・ないかた

(介助が必要な方は介助者同伴)

時間 13:30~15:00

定員 なし

費用 無料

講師 Gボールインストラクター

沖田 祐蔵氏

【内容】

障害者の積極的な社会参加を促すことや、
ノーマライゼーションの考え方を
広く啓発するためバランスボールを使って、
障害のあるかたとないかたがともに
スポーツを行う機会です。

※この写真は一般公開「障害のあるかたのスポーツ広場」の風景です

10月一般公開プログラム ※すべて個人参加のプログラムです

一般公開お休みのお知らせ

10月12日・19日の「バレーボール」「剣道」
「なぎなた」はお休みです。
13日の「バスケットボール」はお休みです。
19日の「スポーツ広場」もお休みです。

場所	種目名	対象	曜日	時間帯	10月の開催日	対象	中学生以下/障がいをもつかた	高校生以上	65歳以上						
碑文谷体育館	音楽体操	高校生以上	火	10:00~11:30	2・9・16・23・30	用具貸出	一般公開参加料	150円	300円	150円					
	卓球	小学生以上	水	9:00~11:30	3・10・17・24・31										
	バレーボール	中学生以上	水	19:00~21:30	3・10・17・24・31										
			金	9:00~11:30	5・26										
	トリム体操	小学生以上	木	13:00~15:20	4・11・18・25										
	剣道	対象は下記をご覧ください	火	①15:40~16:40	2・9・16・23・30										
			金	②16:40~18:40	5・26										
	なぎなた		金	16:00~18:00	5・26										
	障害があるかたのスポーツ広場	障害があるかた	第1・3	金	13:20~15:20						5	ラケット等 ■テニス ■卓球 ■なぎなた 防具 ■剣道 ■なぎなた	20円	50円	50円
	バスケットボール	中学生以上	土	18:00~21:00	6・20・27										
ノルディックウォーキング	小学生以上	土	9:30~11:30	6・13・20・27											

※【剣道】対象→①5歳以上の未経験者及び初心者 ②5歳以上の経験者及び初心者(②も未経験者可) ※共に未就学児は保護者同伴

※【なぎなた】対象→5歳以上 ※未就学児は保護者同伴

目黒区立 碑文谷体育館 〒152-0003 目黒区碑文谷6-12-43
TEL:03-3760-1941 FAX:03-3760-1943



教室募集案内

お申し込み方法

往復はがき・受付窓口・FAX
スポーツ講座申し込みシステム

※詳しくは、チラシ・ポスター・碑文谷体育館HP・目黒区HP・めぐろスポーツニュースをご覧ください。

教室名	曜日	対象	時間	回数	定員	参加費
Pick up リレーションシップ バランスボール 11/16	金	18歳以上で障害のあるかた・ないかた (介助が必要な方は介助者同伴)	13:30 ~ 15:00	1	なし	無料
【持物】 運動のできる服装・着替え・屋内シューズ・タオル・飲み物 【内容効果】 障害者の積極的な社会参加を促すことや、ノーマライゼーションの考え方を広く啓発するためにバランスボールを使って、障害のあるかたとないかたがともにスポーツを行う機会です。				【講師】 Gボールインストラクター 沖田 祐蔵氏		

【募集期間】10月15日(月)～10月31日(水) 必着 【抽選結果】11月7日(水) 迄にご連絡致します。

ワンデイかけっこ教室 (第3期) 12/23 予備日12/24(月・祝)	日	①5歳 ②6歳 ③小学1年生 ④小学2年生 ⑤小学3年生 ⑥小学4年生	①②11:30 ~ 12:30 ③④13:00 ~ 14:15 ⑤⑥14:45 ~ 16:15	1	各35名	¥500 (保険料込)
【持物】 運動のできる服装・屋外シューズ・帽子・タオル・飲み物 【内容効果】 技術習得することが目的ではなく、正しい走り方、速く走れるコツを体験する1日だけの体験教室です。				【講師】 スポーツインストラクター 北上 聡氏 他		

【募集期間】10月15日(月)～11月28日(水) 必着 【抽選結果】12月10日(月) 迄にご連絡致します。

※当落結果が届かない場合は、碑文谷体育館へご連絡ください。

【結果連絡方法】 インターネットでお申し込みの方はメール、その他での申込みの方はハガキでご連絡致します。
※メールアドレス→「himonya - gym@h00.itscom.net」でご連絡致します。 端末の設定・環境をご確認ください。

野球場無料開放(芝生エリア)

- 場所 碑文谷体育館 野球場(芝生部分)
- 日程 毎週水・金曜日(祝日・区の事業日を除く)
- 対象 小学生・中学生
- 時間 15:00 ~ 17:00

※日没が早い時期は15:00～日没(暗くなるまで)の使用となります。

【注意事項】

- *必ず監視員の指示に従って下さい。 *硬球は使用できません。
- *周りの安全を確認した上で遊びましょう。 *団体による占有はできません。

