

高円寺みんなの体育館 スポーツフェスティバル 2026

10/12
月・祝

予約なしで参加できる『チャレンジ企画』

参加無料
みんな集まれ！

段ボール迷路
チャレンジ
9:00～12:30

かるた
すぎなみKaruta
チャレンジ
10:00～12:00

阿波おどり
チャレンジ
13:30～14:30



写真はイメージです
キミはゴールできるかな？
段ボール迷路にチャレンジしよう！



写真はイメージです
“すぎなみ郷土かるた”を使用した
かるた取りにチャレンジしよう！



志留波阿連のみなさまと一緒に
阿波おどりにチャレンジしよう！

フットサル大会と体験イベントのご案内

下記イベントは事前予約が必要です。参加希望者は下記までお電話ください。
お申込み・問合せは **03-3312-0313** 高円寺みんなの体育館

参加無料
9/19(土) 10時～
予約受付開始

フットサル大会

- ①15:00～17:00 小学生チーム
【定員】4チーム(1チーム最大10名まで)
- ②17:00～20:30 ミックスチーム
【定員】5チーム(1チーム最大10名まで)

女性が小学生の
出場が必須です

チアリーディング体験

16:00～16:30
【対象】小学生 【定員】10名

ヨガ体験

①9:30～10:30 ②18:00～19:00
【対象】15歳以上(中学生除く)
【定員】各16名

ピラティス体験

11:45～12:45
【対象】15歳以上(中学生除く)
【定員】16名

日本舞踊体験

19:15～20:15
【対象】15歳以上(中学生除く)
【定員】10名
【持ち物】浴衣、腰紐2本、帯、足袋
お持ちでない方は500円でお貸しします。
足袋をお持ちでない方は靴下でご参加ください。

親子でリズム体操

10:45～11:30 【対象】3歳～未就学児と保護者1名 【定員】10組

健康測定 10:00～16:00

血管測定器 AGESセンサー 握力測定器
明治安田生命保険相互会社 武蔵野支社

高円寺みんなの体育館

〒166-0003 杉並区高円寺南2-36-31
☎ 03-3312-0313 営業時間 9:00～21:00

スポーツフェスティバル

2026 10月12日(祝・月)

ピラティス体験

時間：11:45~12:45
講師：HIKARU
場所：小体育室
定員：16名
対象：15歳以上（中学生を除く）

親子でリズム体操

時間：10:45~11:30
講師：池上園美
場所：小体育室
定員：10組
対象：3歳~未就学児と保護者1名

ヨガ体験会

時間：① 9:30~10:30
② 18:00~19:00
講師：①石丸あかね ②今田直樹
場所：小体育室
定員：各16名
対象：15歳以上（中学生を除く）

日本舞踊体験

時間：19:15~20:15
講師：花柳輔悠奈
場所：小体育室
定員：10名
持ち物：浴衣、腰紐2本、帯、足袋
お持ちでない方は500円で貸出可能
靴下でのご参加も可能

千アリーディング体験

時間：16:00~16:30
場所：小体育室
定員：10組
対象：小学生



事前予約が必要です 9/19(土)10:00 10時から
受付:電話または窓口にて(先着順)
高円寺みんなの体育館
Tel 03-33323-0313

10月12日スポーツフェスティバル 高円寺みんなの体育館 【フットサル大会ご案内】

日程：10月12日（月・祝）スポーツの日

時間：①15:00～17:00

②17:00～20:30

対象：①区内活動小学生チーム

②区内活動一般ミックスチーム

定員：①4チーム＊1チーム最大10名まで

②5チーム＊1チーム最大10名まで
＊女性か小学生の出場必須

申込：9月19日（土）10時より
電話にて受付＊先着順



高円寺みんなの体育館
☎ 03-3312-0313