

大宮前体育館

スポーツフェスティバル

2025.10.13 (月・祝日)



すべてのイベント
参加無料

☎ 03-3334-4618 休館日 毎月第3火曜日
営業時間 9:00-21:00 (ご利用は 20:50 まで)

お気軽にお問い合わせください
杉並区大宮前体育館

スポーツフェスティバルの日は、無料でご利用いただけます

9:00~20:50

トレーニング室：対象 15 歳以上 (中学生除く)



プール：対象：おむつが取れた子ども～

※小学校 3 年生以下のお子様は保護者同伴 (保護者 1 名につき 3 名まで)

※保護者のない単体での利用は中学生 18:30 まで小学生 4 年生以上 17:00 まで

※混雑時はお待ちいただく場合がございます。予めご了承ください。

Pick Up プログラム



モルツク

超人気お笑い芸人が日本代表にもなっている人気スポーツであり、ルールも簡単で気軽にできるスポーツです。



ユニカール

カーペットの上でカーリングを行います。誰もが手軽に楽しめるスポーツです。



パドルテニス

テニスの縮小版ともいえるスポーツです。
ルールはテニスと同じです。

大宮前体育館 スポーツフェスティバル

TIMETABLE

2025 10/13

大体育室		プール	小体育室	武道場		
9:00					9:00	
9:30					9:30	
10:00		10:00～10:40 親子水泳 ※対象:おむつが取れた子どもと保護者1名 ※定員:6組		9:45～10:45 美活&ストレッチボール ※対象:16歳以上 ※担当:高橋 ※定員:30名 ※事前申込9月24日(水)11:00から 電話・窓口で予約開始(先着順)	10:00	
10:30	10:30～12:00 モルック 	※事前申込:9月25日(木)11:00から 電話・窓口で予約開始(先着順)			10:30	
11:00	協力:クラブ123荻産			11:00		
11:30	※対象:小学生以上 ※定員:100名 ※事前申込:9月24日(水)13:00から電話・窓口で予約開始(先着順)		11:00～12:00 やさしいベリーダンス体験会 ※対象:16歳以上 ※定員:28名 女性の方へ ※担当:MAKITA ※事前申込:9月24日(水)11:00から 電話・窓口で予約開始(先着順)		11:30	
12:00					12:00	
12:30				12:30～13:45テクニク&ボディバンプ ※対象:16歳以上 ※定員:28名 	12:20～13:20 ボディバランス ※対象:16歳以上 ※担当:MAKITA ※定員:30名 ※事前申込9月24日(水)11:00から 電話・窓口で予約開始(先着順)	12:30
13:00	13:00～14:00 ユニカール体験 	13:00～13:30 25mタイム測定 ※対象:25m完泳できる方※定員:9名 ※事前申込:9月25日(木)11:00から 電話・窓口で予約開始(先着順)	※担当:高橋 ※事前申込:9月24日(水)11:00から 電話・窓口で予約開始(先着順) 		13:00	
13:30	※小学生以上と保護者2名まで ※定員:50名 ※事前申込:9月24日(木)13:00から電話・窓口で予約開始(先着順)				13:30	
14:00			14:00～15:00バレエバーエクササイズ体験会 ※対象:16歳以上 担当:MAYUKO ※定員:20名 ※事前申込:9月24日(水)11:00から 電話・窓口で予約開始(先着順) 	14:00～15:15 レスリング体験教室 ※対象:小学生以上 ※担当:鈴木 ※定員:20名 ※事前申込 9月24日(水)11:00から 電話・窓口で予約開始(先着順)	14:00	
14:30		15:00～15:45 ユニバーサル プール体験会 ※対象:16歳以上 ※定員:4名 ※参加希望の方は施設にご連絡ください			14:30	
15:00		15:30～17:00 親子バドミントン体験会 協力:杉並区バドミントン協会		15:30～16:45 テクニク&ボディコンバット ※対象:16歳以上 担当:山岸 ※定員:28名 ※事前申込:9月24日(水)11:00から 電話・窓口で予約開始(先着順) 		15:00
15:30	※対象:小学生以上 ※定員:40名 ※事前申込なし(当日先着順)					15:30
16:00						16:00
16:30					16:30	
17:00					17:00	
17:30					17:30	
18:00	17:40～18:40 動けるからだをつくるヨガ ※対象:16歳以上 ※定員:70名 ※事前申込なし(当日先着順) 担当:今田				18:00	
18:30					18:30	
19:00			PUKUPUKUさん パン販売あります！ 1階にて 9:30～売切次第終了！！ 	ユニバーサル 音楽会 多目的室 13:30～14:30 	19:00	
19:30						19:30
20:00						20:00
20:30					20:30	
21:00					21:00	

 マークのあるプログラム参加の際は、室内履きを忘れずにお持ちください

全プログラム開始5分前に所定場所に集合してください