

スポーツ

めぐろ健康ウォーキング塾



さまざまな歩き方を知り、ウォーキングの楽しさを学びます。

場所 碑文谷体育館(碑文谷6-12-43)、区内のウォーキングコース
師 プロランニングコーチ 金哲彦氏ほか
対象 医師から運動の制限を受けていない高校生以上
定員 80人(抽選) ￥保険料500円
申込 手順、電話で、4月15日～5月7日に、スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695)へ

日時(全9回)	内容
5月16日(金) 19:00～21:00	開講式、ガイダンス、講演・実技
5月17日(土)～6月12日(木)の間の3日間	地区ごとに区内のウォーキングコースで実習
5月23日～6月6日の毎週金曜日 19:00～20:30	講演・実技
6月14日(土) 9:00～12:00	地区合同ウォーク(約5km)
6月20日(金) 19:00～21:00	講評、閉講式

問スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695、 Fax5722-9754)

こどもの日
スポーツ施設の無料イベント

5月3日(祝)

13:00～16:00

希望者は当日会場へ

八雲体育館



場所 八雲1-1-1 区民キャンパス内、
☎5701-2984、 Fax5701-2985

内ボッチャ、射的、フリースピーターゲット、わんぱく広場、ボールプール
持ち物 屋内靴、タオル、飲み物



キッズランド

5月5日(祝)

9:00～22:00

希望者は当日会場へ

屋内プール無料公開



場所 緑ヶ丘小学校屋内プール

(緑が丘2-13-1、☎3718-3130、 Fax3723-8744)

場所 五本木小学校屋内プール(五本木2-24-3、☎ Fax共通3714-8511)

場所 碑文谷小学校屋内プール(碑文谷1-18-14、☎ Fax共通3793-2606)

場所 駒場体育館屋内プール(駒場2-19-39、☎3485-7761、 Fax3485-3926)

場所 区民センター体育館屋内プール
(目黒2-4-36、☎3711-1139、 Fax3711-2594)

対象 おむつの取れた3歳～中学生

持ち物 水着、水泳帽、ゴーグル、タオル、ロッカ一代100円(返却式)

5月5日(祝)

中央体育館

場所 目黒本町5-22-8、☎3714-9591、 Fax3714-9540

持ち物 タオル、飲み物、※は屋内靴



希望者は当日会場へ

イベント名	時間	対象(定員)
自由遊び広場(※) (卓球、バドミントン、ミニバスケットボール、輪投げ、幼児コーナー)	10:00～15:40	どなたでも
ビームライフル・ビーム ピストル体験会(※)	10:00～13:00 (1回20分、9回)	10歳～中学生(先着各6人)
起震車体験・煙ハウス (雨天中止)	10:00～12:00 (11:00～11:15を除く)	どなたでも

事前申し込み

イベント名	時間	対象	定員(抽選)
① 親子DEダンス(※)	①10:00～10:40 ②11:00～11:50	①4歳以上の未就学児と保護者 ②小学1～3年生と保護者	各15組
② フラダンス体験会	①13:00～14:00 ②14:30～15:30	①4歳～小学3年生 ②高校生以上	各20人
③ 産後ヨガ withベビー	10:00～10:40	2カ月～ハイハイ前の乳児と母親	15組
④ 弓道実射体験 (雨天中止)	①9:30～10:30 ②11:00～12:00	中学生以上	各15人

申込 手順、ハガキ・FAX(希望イベント①～④のいずれか、①②④は希望時間①または②、住所、氏名(ふりがな)、電話・FAX、年齢、性別、学年、在勤・在学・在園者は所在地・名称を記入)で、4月15～24日(必着)に、中央体育館(〒152-0002目黒本町5-22-8、 Fax3714-9540)へ。窓口申し込み可

5月5日(祝)

希望者は当日会場へ

碑文谷体育館

場所 碑文谷6-12-43、☎3760-1941、 Fax3760-1943



イベント名	時間	対象(定員)
① エアーアトラクション、フットゴルフ(※)		
② ピンボールキャッチ、巨大人生ゲーム、ボールタイムアタック	10:00～15:00(12:00～13:00を除く)	どなたでも
硬式テニス教室(※)	基礎 応用 ①10:00～11:00②13:00～14:00 ①11:00～12:00②14:00～15:00	中学生以上(先着各12人)
③ ジュニアテニス(※)	①10:00②11:00③13:00④14:00から(各60分)	小学3～6年生(先着各12人)
親子ふれあいテニス(※)	①10:00②11:00③13:00④14:00から(各50分)	3歳～小学2年生と保護者(先着各20組)
ソフトテニスを体験しよう(※)	①10:00～12:00②13:00～15:00	小学生以上(先着各40人)
④ コッパトイ(廃木材を使って工作)、模擬店(クレープ、飲料など)	10:00～15:00(なくなり次第終了)	どなたでも

※雨天中止の場合あり

受付時間

①②開始15分前から終了15分前まで
③開始30分前から終了15分前まで

持ち物 ①運動靴②屋内靴③ラケット・運動靴



フットゴルフ