

第5回 目黒シティラン ～健康マラソン大会～



オンラインハーフマラソン エントリー受付開始！！

お申し込みはお早めに。詳細は大会ホームページでご確認ください。

大会ホームページ <https://meguro10k.jp/online/>

開催期間 11/28(日)0:00～12/11(土)23:59

エントリー期間 10/15(金) 20:00～11/21(日) 23:59 (先着1,500人)

問 目黒シティラン実行委員会事務局 (オリンピック・パラリンピック推進課内) ☎5722-9361 FAX5722-9754

伴走者を紹介しています

知的障害のあるかたで伴走者が必要なかたには、下記団体で紹介いたします。紹介を希望するかたは11/21(日)までに、下記へご相談ください。

☎NPO法人アクアリズム
 ①<https://aquarhythm.com/>
 ②info@aquarhythm.com

公式Twitter
はじめました!



フォローはこちらから

総合型地域スポーツクラブ NPO法人 スポルテ目黒

「いつでも、だれでも、いつまでも」を基本に、スポーツに親しむことができる総合型地域スポーツクラブです。

所在地 碑文谷6-12-43 碑文谷体育館内

受付日時 月曜日 9:00～16:00
 土曜日13:00～16:00
 ※祝日は除く

●参加には会員登録が必要です。会員登録はスポルテ目黒クラブハウス窓口で受け付けています

☎NPO法人スポルテ目黒 ☎5768-0064 ①<https://sporte-meguro.com/>

会員		会費年額
正会員 (運営協力会員)	個人	年額16,500円 (保険料・手数料込)
利用会員 (活動参加会員)	ファミリー	年額40,500円 (保険料・手数料込)
	賛助会員	年間 ー□10,000円から
※1日体験は700円 (硬式テニスを除く)		

活動場所・曜日・種目 種目・対象などは変更する場合があります。ホームページをご覧ください。

碑文谷体育館・野球場・庭球場

〈月曜日〉太極拳・ミニテニス・リトミック(親子・幼児)・だれでも体操・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・サッカー・スナッグゴルフ・硬式テニス・ソフトテニス・ノルディックウォーキングなど
 〈第1・3・5土曜日〉フットサル(男女)・体操(跳び箱・マット)・スナッグゴルフなど
 〈第2・4土曜日〉ミニバレー・卓球・スナッグゴルフなど

鷹番小学校体育館	五本木小学校屋内プール
〈土曜日〉こどもかけっこ教室	〈水曜日〉小学生・中学生以上向け水泳(時間別) 〈土曜日〉親子・中学生・成人向け水泳(時間別)
五本木小学校体育館	碑小学校内屋内プール
〈木曜日〉はじめての空手教室	〈火曜日〉小学生・中学生以上向け水泳(時間別) 〈木曜日〉小学生・中学生以上向け水泳(時間別)



スポルテ目黒17周年記念イベント

参加希望者は当日会場へ(会員以外のかたも参加できます)。

日時 11/7(日) 9:30～12:30 **会場** 碑文谷体育館 **内容** 下表のとおり **費用** 無料

野球場 (受付時間 開始15分前から終了15分前まで)				
種目	時間	対象	定員	
アトラクションベースボール	11:10～12:30	小学生	各50人(先着)	
スポルテかけっこ体験	9:30～10:50			
気功	9:30～10:20	どなたでも	各20人(先着)	
フラダンス	10:30～11:20			
庭球場 (受付時間 開始15分前から終了15分前まで)				
種目	コート	時間	対象	定員
硬式テニス交流ゲーム (会員限定)	A・B面	9:30～10:55	中学生以上	各16人(先着)
		11:05～12:30		
	C・D面	9:30～10:55		
		11:05～12:30		
ソフトテニス交流ゲーム	E・F面	9:30～10:55	各15人(先着)	
		11:05～12:30		
ウォーキングコース (受付時間 開始15分前から終了15分前まで)				
種目	時間	対象	定員	
ノルディックウォーキング	10:00～11:00	どなたでも	20人(先着)	
駐車場				
模擬店		時間		
テイクアウト販売キッチンカー(クレープ等)		9:30～12:30		



- ※以下の点にご注意ください
- ①施設内での食事はご遠慮ください
 - ②参加にあたっては事前の検温実施、マスクの着用をお願いします
 - ③未就学児は保護者同伴でお願いします
 - ④野球場は屋外シューズ、庭球場はテニッシュューズをご持参ください。スパイク、ハイヒール、サンダルはご遠慮下さい
 - ⑤車での来場はご遠慮ください
 - ⑥天候により内容を変更する場合があります

リバウンド防止措置に伴う体育施設の開館時間について

10/1(金)からは開館時間を**9:00～21:00**までとしています

体育施設を利用する際の注意事項は区ホームページ(右コード)をご覧ください。引き続き新型コロナウイルス感染症拡大防止にご協力をお願いします。 **問**スポーツ振興課計画指導係 ☎5722-9317、スポーツ事業係 ☎5722-9695、FAX5722-9754(共通)

