

2023/10/9 (月・祝) スポーツの日 記念事業

“好き”が見つかる



カルッツかわさき TEL: 222-5211 FAX: 222-5122

交通

- JR「川崎駅」・京浜急行「京急川崎駅」から
・徒歩:15分
- ・バス:東口バス乗り場から、「教育文化会館前」で下車

高津スポーツセンター TEL: 813-6531 FAX: 813-6532

交通

- 東急田園都市線「高津駅」から
・徒歩:8分
- 東急田園都市線「二子新地駅」から
・徒歩:7分

宮前スポーツセンター TEL: 976-6350 FAX: 976-6358

交通

- 東急田園都市線「宮前平駅」から
・バス:1番又は4番乗り場から、「犬蔵」で下車
- JR「武蔵溝ノ口駅」・東急田園都市線「溝の口駅」南口から
・バス:2番乗り場から、「犬蔵」で下車

幸スポーツセンター TEL: 555-3011 FAX: 556-0169

交通

- JR「川崎駅」・京浜急行「京急川崎駅」から
・バス:川崎駅ラゾーナ広場バス乗り場から、「幸区役所入口」で下車
- JR・東急東横線「武蔵小杉駅」から
・バス:北口バス乗り場から、「幸区役所入口」で下車
- JR「矢向駅」・「鹿島田駅」から
・徒歩:20分

多摩スポーツセンター TEL: 946-6030 FAX: 946-6032

交通

- JR「稲田堤駅」・京王相模原線「京王稲田堤駅」から
・徒歩:20分
- ・バス:「城下」バス停から乗車し、「南菅中学校」で下車
- 小田急小田原線「読売ランド前駅」から
・徒歩:20分
- ・バス:「南菅中学校」で下車

とどろきアリーナ TEL: 798-5000 FAX: 798-5005

交通

- JR・東急東横線「武蔵小杉駅」から
・バス:北口バス乗り場から「とどろきアリーナ前」又は「市営等々カグランド入口」で下車
- ・バス:横須賀線バス乗り場から「とどろきアリーナ前」で下車
- ・徒歩:25分
- JR「武蔵溝ノ口駅」・東急田園都市線「溝の口駅」から
・バス:ノクティ側バス乗り場から「とどろきアリーナ前」又は「市営等々カグランド入口」で下車

麻生スポーツセンター TEL: 951-1234 FAX: 952-2447

交通

- 小田急小田原線「新百合ヶ丘駅」南口から
・徒歩:7分
- バス:「市バス、小田急バス、東急バス」で「麻生スポーツセンター入口」下車
徒歩5分

石川記念武道館 TEL: 544-0493 FAX: 544-0493

交通

- JR「川崎駅」・京浜急行「京急川崎駅」から
・バス:川崎駅ラゾーナ広場バス乗り場から、「武道館前」で下車
- JR・東急東横線「武蔵小杉駅」から
・バス:「東横線小杉駅」から乗車し、「武道館前」で下車

事前予約の方法等、詳細は各施設に、電話でご確認ください。

- お知らせ■
- 1 事前予約制の催しを除き、各会場での催しには、自由に参加いただけますので、当日は直接会場へお越しください。
 - 2 運動に適した服装、上履き、ラケット、ボール、タオル、飲み物等を各自でご用意ください。
 - 3 屋内施設の催しについては、一部年齢を制限させていただく場合がございますのでご注意ください。
 - 4 主催者が事業開催中に撮影した写真は、各施設が発行する広報物に掲載するために使用することがありますので、あらかじめご承知おきください。

★ 一部要事前予約

市内の各スポーツセンターで、一斉に開催します。
 参加費無料で、さまざまなスポーツが体験できるチャンス！

川崎市のスポーツの日記念事業 催しまっぷ

川崎市



参加無料

高津スポーツセンター

高津区二子3-15-1 Tel 813-6531

- 大体育室 ※用具貸出あり(有料)・室内履きをお持ちください。
 - ★9:00~20:20...スポーツデー開放
 - バドミントン3面(小学生以上/1面につき16名)
 - 卓球12台(小学生以上/1台8名)
 - ①9:00~11:00 ②11:20~13:20 ③13:40~15:40
 - ④16:00~18:00 ⑤18:20~20:20

- 小体育室 ※室内履きをお持ちください。
 - ★10:00~12:00...アスリート特別イベント(中学生以上/40名)
 - 信号器材による卓球初級ワンポイントレッスン
 - ・13:00~14:00...エアロビクス体験(15歳以上)
 - ★14:30~16:00...おかしなスポーツ大会(年長~小学生/40名)
 - くつしたま入れ・巨大かるた・宝探し・オセロ
 - ★16:30~17:30...ボールと仲良くなろう!キッズバスケ教室(年中・年長/20名)
 - ・17:45~19:00...小学生バスケットボール開放(小学生とその保護者 親子参加可) ※シュート練習のみ
 - ・19:00~20:00...バスケットボール開放(中学生以上) ※シュート練習のみ

○武道室

- ★10:00~11:00...さっちー先生と親子のびのび体操(1歳6カ月~未就園児と保護者/20名) ※フェイスタオル(長タオル)持参
- ・13:00~16:00...ユニバーサルスポーツ体験 ポッチャ・ユニカールなど
- ・17:00~18:00...ストレッチ&ピラティス体験(中学生以上)
- ・18:30~19:30...フラダンス体験(中学生以上)

○トレーニング室 無料開放

- ※室内履きをお持ちください。
- ・9:00~21:30(中学生以上)
- ・体組成計無料測定
- ①9:30~10:30
- ②14:00~15:00
- ③17:00~18:00

多摩スポーツセンター

多摩区菅北浦4-12-5 Tel 946-6030

○大体育室

- ★9:00~12:00...バドミントン開放(10面/1組3~8名/10組)
- ★13:00~15:45...ピックルボール体験(各回20名)
- ①13:00~13:45 ②14:00~14:45 ③15:00~15:45
- ・13:00~17:10...卓球開放(12台) ①13:00~15:00 ②15:10~17:10

○小体育室

- ★10:00~10:45...親子deフラダンス(小学生以上の親子/10組20名)
- ★11:00~11:45...メガダンステック&30 初心者向け(中学生以上/20名)
- ★12:00~12:45...フラダンス初心者向け(高校生以上/20名)
- ★13:30~14:15...かんたんZUMBA
- ★14:30~15:15...ボディコンバット45(高校生以上/30名)

○第一武道室

- ★11:00~11:45...ちょきん運動(高校生以上/30名)
- ★12:00~12:45...床&ちょこっとバレエ(高校生以上/20名)
- ★15:30~16:30...ヨガ(高校生以上/30名)

○第二武道室

- ★12:00~12:45...ゴムバンドヨガ(高校生以上/30名)

○テニスコート

- ★9:30~10:30...お日さまヨガ(高校生以上/30名) ※雨天時は武道室
- ★10:45~13:30...テニス体験教室
- ①10:45~11:30...親子体験(小学生以上の親子/8組16名)
- ②11:45~12:30...ジュニア体験(小学生/16名)
- ③12:45~13:30...初心者体験(中学生以上/16名)

○プール

- ★9:00~12:15...①水深60cm ②水深100cm ※小学2年生以下は保護者同伴利用
- 60cm ①9:00~10:30 ②10:45~12:15(3歳以上/30名)
- 100cm ③12:45~14:15 ④14:30~16:00(3歳以上/30名)
- ★13:00~13:30...クロール初級(高校生以上/8名)
- ★13:40~14:10...平泳ぎ初級(高校生以上/8名)

○トレーニングルーム

- ・9:00~17:00...フリー利用 90分制(随時入替/20名)

○研修室

- ★9:30~10:15...フレイル教室
- 野球場 多摩区中学校野球部交流会(50歳以上/10組20名)
- ★11:00~12:00...CPR&AED講習会(中学生以上/12名)

麻生スポーツセンター

麻生区上麻生3-6-1 Tel 951-1234

○大体育室

- ★9:15~12:00...初心者大歓迎!元オリンピックによる特別イベント『こどもバレーボール教室』(小学生/50名) ※みんなでバレーボールを楽しもう!~【特別講師】江上由美、斎藤信治、大友愛(他)
- ・13:00~15:00...バウンドテニス体験会(小学生以上)※用具貸出有
- ・15:30~20:00...バドミントン開放(小学生以上/3面)
- ・15:30~20:00...バスケットボール開放(経験者または中学生以上/1面)

○小体育室

- ・9:30~12:00...ニューススポーツ体験(ポッチャ、ファミバドミントンなど)
- ・13:00~14:00...ボディコンバット特別レッスン(中学生以上/50名)
- ・14:15~15:15...ボディバランス特別レッスン(中学生以上/50名)
- ・16:00~19:00...卓球開放(小学生以上/10台)

○第1・第2武道室

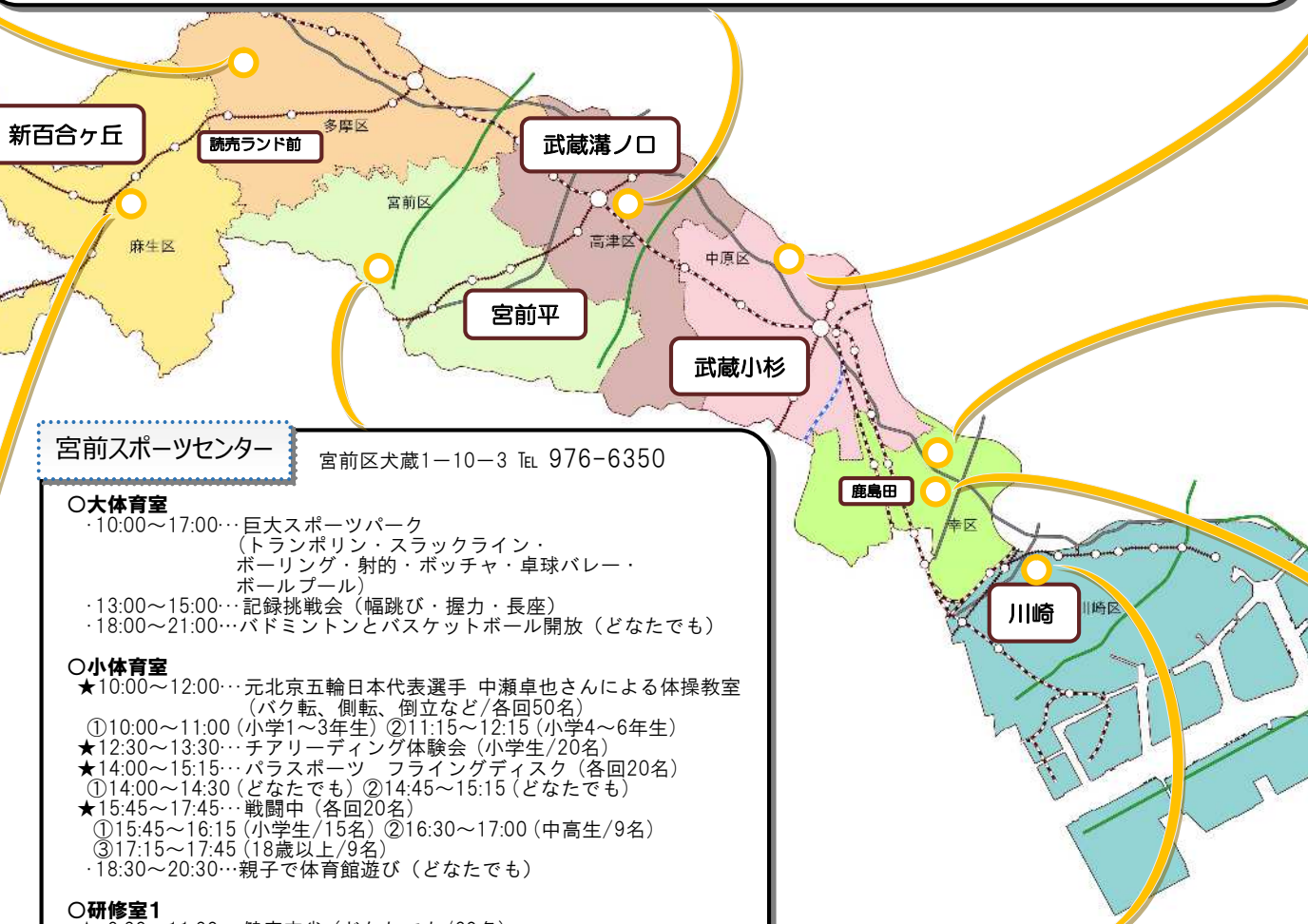
- ※小学生以上/各20名
- ★9:30~11:45...剣道体験・柔道体験 ①9:30~②10:45~
- ★13:00~15:30...空手体験 ①13:00~②14:30~

○研修室

- ・10:00~13:00...骨密度測定
- 2Fロビー インボディ測定会 10:00/11:00/13:00 各1時間
- ・13:00~14:30...歯科講話(50名)

○トレーニング室

- ・9:00~21:15...無料開放(中学生以上)



宮前スポーツセンター

宮前区大蔵1-10-3 Tel 976-6350

○大体育室

- ・10:00~17:00...巨大スポーツパーク(トランポリン・スラックライン・ボーリング・射的・ポッチャ・卓球バレー・ボールプール)
- ・13:00~15:00...記録挑戦会(幅跳び・握力・長座)
- ・18:00~21:00...バドミントンとバスケットボール開放(どなたでも)

○小体育室

- ★10:00~12:00...元北京五輪日本代表選手 中瀬卓也さんによる体操教室(バク転、側転、倒立など/各回50名)
- ①10:00~11:00(小学1~3年生) ②11:15~12:15(小学4~6年生)
- ★12:30~13:30...チアリーディング体験会(小学生/20名)
- ★14:00~15:15...バラスポーツ フライングディスク(各回20名)
- ①14:00~14:30(どなたでも) ②14:45~15:15(どなたでも)
- ★15:45~17:45...戦闘中(各回20名)
- ①15:45~16:15(小学生/15名) ②16:30~17:00(中高生/9名)
- ③17:15~17:45(18歳以上/9名)
- ・18:30~20:30...親子で体育館遊び(どなたでも)

○研修室1

- ★9:30~11:30...健康麻雀(どなたでも/20名)
- ・13:30~16:30...卓球マシーン&卓球(1組1回15分)

○研修室2

- ★10:30~11:30...やさしいピラティス(中学生以上/12名)
- ★13:30~14:30...スポーツと貧血(どなたでも/20名)

○トレーニング室

- ・9:00~21:30...無料開放(中学生以上/1人1回最大3時間まで)
- ★10:00~15:00...ボルダリング体験(小学生以上/各回3名)
- ①10:00~11:00 ②11:15~12:15 ③13:30~14:30
- ・17:00~21:30...ナイトジム(中学生以上/1人1回最大3時間まで)

○屋外

- ★13:00~15:00...ポールウォーキングイベント(中学生以上/10名)

○エントランス

- ・10:00~20:00...スポーツ用品販売

○区民サロン

- ・9:00~21:00...ゲームに正解してお菓子をゲットしよう!(言葉集めゲーム)
- ・11:00~15:00...綿あめ、ポップコーン

カルツかわさき

川崎区富士見1-1-4 Tel 222-5211

- 大体育室 カルツ★バラスポ オータムフェスタ ~バラスポーツ&NEWSスポーツ体験会を中心としたイベント~ ※受付随時、参加費無料、要室内履き

- ・13:30~16:30
- 【バラスポーツゾーン】
- ・車椅子アメリカンフットボール体験
- ・パラ卓球体験
- ・車椅子バスケット体験
- ・車椅子スポーツ体験

- 【NEWスポーツゾーン】
- ・パークスポーツ体験

- 【ボーダレス・マルシェ】
- ~障害者や地域のハンドメイド作家が作成した作品の販売会~

★印の催しは **事前予約** が必要です。

各施設へご連絡ください。

とどろきアリーナ

中原区等々力1-3 Tel 798-5000

○サブアリーナ

- ※全教室15分前から受付開始
- A:10:00~10:45...親子スポーツ(3・4歳児と保護者/30組) ※妊娠されている保護者は参加不可
- 11:00~11:45...ボディコンバット(中学生以上/50名) ※室内履き、運動に適した服装、タオル、飲み物
- B:10:00~12:00...卓球開放(どなたでも/8台16組) ※室内履き、ラケット、ボール(貸出あり)
- ニューススポーツ体験(どなたでも)
- ラダーゲッター・カーリンコン・モルックなど ※室内履き
- ・13:00~15:00...発表会
- 日頃からとどろきアリーナを利用し活動している団体および川崎市内を拠点として活動している団体が、日頃の練習の成果を披露します。

○1階ロビー インボディ無料測定会

- ※10時から整理券を配布(各回先着20名)
- ①11時~12時、②13時~14時、③14時~15時

○トレーニングルーム 無料開放

- ※室内履き、運動に適した服装、タオル、飲み物
- ・9:00~21:30(中学生以上/1人1回最大3時間まで)

石川記念武道館

幸区下平間357 Tel 544-0493

○剣道場

- ★10:00~12:00...剣道・なぎなた体験会(10名)
- ★13:00~14:30...太極拳体験会(20名)

○柔道場

- ・10:00~12:00...アスリートと中学校との合同稽古 ※一般公募なし
- ※講師:かながわアスリートネットワーク共同事業メンバー 永山竜樹選手
- ★15:00~16:00...合気道体験会(20名)
- ★17:00~19:00...空手体験・ポッチャ体験会(20名)
- ※要スポーツウェア(ベルト着用・伸縮性のないウェア不可)

幸スポーツセンター

幸区戸手本町1-11-3 Tel 555-3011

※改装工事のため一部休館中

○トレーニング室 無料開放

- ※要スポーツウェア・室内用シューズ(レンタル有)
- ・9:00~20:00(中学生以上/1人1回最大3時間まで)