

応援します! あなたの健康づくり

フィットこうとう



NO.81 平成25年(2013年) 7月15日発行

公益財団法人
江東区健康スポーツ公社
〒135-0016 江東区東陽二丁目1番1号 ☎3647-5402
ホームページURL <http://www.koto-hsc.or.jp/>

江東区スポーツ施設情報紙

9月スタートの 教室受講生 大募集!

**江東区まるごと
健康バックアップ**
区民のみなさんの健康づくりの
お手伝いをできるように、さまざまな
教室を開催しています。どれが自分に
適しているのか、わからない時には
スタッフに相談してみましよう。
一緒に健康への道
をお探します。



おとなも子供も、
スポーツセンターに
全員集合♪♪♪



健康への第一歩

あなたの健康を売っているお店は
どこにもありません。自分で
動かない限り、誰もあなたの健康を
守ってはくれないのです。
教室参加という小さな一歩は
健康への大きな第一歩です。



体を動かして ストレス発散

ストレス発散には気分転換が必要です。
プールで水に癒されたり、体を動かして
汗を流したり、新しいお友達と
お話をしたりと、生活に
ちょっとした刺激をプラスして、
心も元気になりましよう。



夏 もちろん! プールでしょ! 夏期間は朝9時から営業!!

暑い夏はプールで涼しい時間を過ごしませんか? 太陽の下でおもいっさ
り夏を楽しみたい方は越中島プールがおすすめです。日焼けが心配な方
には屋内プールで紫外線を気にせずに楽しんじましよう。お子様
にはスライダーもある有明スポーツセンタープールもおすすめですよ。



……区内プール施設のご案内……

センター名	住所	TEL	営業時間
スポーツ会館	北砂1-2-9	3649-1701	夏期間:7/19(金)~8/31(土)は 9:00~21:45(最終入場21:30)まで遊泳可能です。 通常:9:30~21:45(最終入場21:30) 水着・水泳帽・タオル・ロッカー代20円 (10円返却方式)をご用意ください。 ※有明スポーツセンターはロッカー代10円(返却なし)です。
亀戸スポーツセンター	亀戸8-22-1	5609-9571	
有明スポーツセンター	有明2-3-5	3528-0191	
東砂スポーツセンター	東砂4-24-1	5606-3171	
深川北スポーツセンター	平野3-2-20	3820-8730	
越中島プール	越中島 1-3-23	5620-0045	7/6(土)~7/20(土)と9/1(日) 10:00~18:00 (最終入場17:30 遊泳終了17:45) 7/21(日)~8/31(土) 9:00~21:00 (最終入場20:30 遊泳終了20:45) ※8/3(土)24(土)25(日)は休場。詳細は直接お問い合わせください。

利用料金:大人400円 こども・シニア※(区内在住の65歳以上の方) 150円(ともに2時間まで)
回数券やお得なパスも用意しています。
※シニア料金でご利用頂くには、住所と年齢を証明する書類が必要です。詳細はお問い合わせください。



2020年オリンピック・パラリンピックを日本で!

KOTO再生紙を使用しています。

亀戸 スポーツセンター

〒136-0071 亀戸8-22-1 ☎5609-9571



- 交通機関
●東武亀戸線
●JR総武線
●都営バス

おすすめ教室
pick up!
親子でスイミング・コアア体操

一般向け教室 ※往復はがき1枚につき、1人1教室でお申込みください。

Table with columns: No., 教室名/コース, 時間, 曜日, 期間(回数), 対象, 募集人数, 受講料

子ども・親子向け教室 ※往復はがき1枚につき、1人1教室でお申込みください。

Table with columns: No., 教室名/コース, 時間, 曜日, 期間(回数), 対象, 募集人数, 受講料

注)子どもマスターズスイミング→小学1・2年生は要相談の上受講可

補聴器を試してみませんか?

Advertisement for hearing aid center with text: 「まずは、ちょっと試してみよう」...

Advertisement for staff recruitment: スタッフ募集中!!

Advertisement for Green Tec (株) greenhouse and garden work.

教室案内

●●●お申込み方法は全館共通です●●●
ご希望の教室を開催している施設あてに往復はがきでお申込みください。

全館共通注意事項

- 区内在住・在勤・在学の方が優先となります。
同一教室への申込みは1人1枚までです。

往復はがき記入例 締切 7/31 (水) 必着

Form for application with fields for address, name, and contact info.

Table with columns: お申込みあて先, 所在地

Table with columns: はがき申込み締切日(必着), 抽選日, 支払締切日, 追加申込み受付開始日

結果をはがきで連絡します。当選の方は受講する施設でお支払いの手続きを行ってください。

落選の場合... 落選された方は、キャンセルが出た場合にご連絡させていただきます。

追加募集は... 募集人数に達しない教室の受付開始は、開催施設窓口にて8/6(火)午前9:00からとなります。

江東区 スポーツ会館

〒136-0073 北砂1-2-9 ☎3649-1701



- 交通機関
●都営地下鉄新宿線
●東京メトロ半蔵門線
●都営バス

一般向け教室 ※往復はがき1枚につき、1人1教室でお申込みください。

Table with columns: No., 教室名/コース, 時間, 曜日, 期間(回数), 対象, 募集人数, 受講料

子ども・親子向け教室 ※往復はがき1枚につき、1人1教室でお申込みください。

Table with columns: No., 教室名/コース, 時間, 曜日, 期間(回数), 対象, 募集人数, 受講料

*プール教室については、おむつを使用している方はご参加いただけません。

*障害者水泳に関しては、別途広報でお知らせいたします。

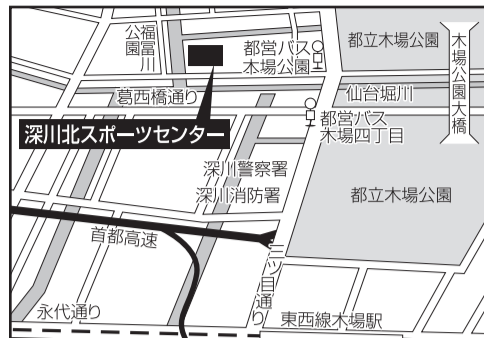
スポーツ会館では、同じ教室に限り、ご夫婦や兄弟姉妹での同時抽選を行っています。

Advertisement for Silver人材センター with text: 企業・団体・ご家庭の皆様! その仕事私たちがやります!

Advertisement for Dai Keng Group with text: ビルメンテナンスのクオリティ・アップは私たちにまかせください

**深川北
スポーツセンター**

〒135-0023 平野3-2-20
☎3820-8730



交通機関

- 東京メトロ東西線
木場駅 徒歩10分
- 都営地下鉄大江戸線
●東京メトロ半蔵門線
清澄白河駅 徒歩12分
- 都営バス
木場公園 徒歩3分
木場四丁目 徒歩5分

一般向け教室 ※往復はがき1枚につき、1人1教室でお申込みください。

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	対象	募集人数	受講料		
北1	シルバー体操	13:30~15:00	火	9/3~12/17(14回)	60歳以上	50人	4,900円		
北2	エアロビクス	10:30~12:00	火	9/3~12/17(14回)	一般	25人	7,700円		
北3	太極拳	9:20~10:50				水	9/4~12/18(16回)	50人	8,800円
北4	ハワイアン・フラ	今回募集はございません。次回募集は区報9月1号に掲載予定です。							
北5	楽しくヨガ	15:20~16:40	火	9/3~12/17(14回)	一般	50人	7,700円		
北6	パワー・ヨガ	19:20~20:50	水	9/4~12/18(16回)				25人	8,800円
北7	ヨガ	9:10~10:40							
北8		10:30~12:00	木	9/5~12/19(16回)					
北9	リラックス・ヨガ	19:20~20:50	金	9/6~12/20(16回)				50人	8,250円
北10	ピラティス・ヨガ	9:20~10:40							
北11	ソフト・エアロ	11:00~12:30							
北12	ほくしのヨガ	13:30~15:00	土	9/7~12/21(15回)		25人	8,250円		
北13	目覚めのヨガ	9:20~10:40							
北14	フライデー・フラ	今回募集はございません。次回募集は区報9月1号に掲載予定です。							
北15	バドミントン(中級者)	19:30~21:00	水	9/4~11/6(10回)	一般	50人	5,500円		
北16	一般水泳(週2回コース)	18:45~20:15	月・金	9/2~12/20(23回)	一般女性	50人	14,950円		
北17	リフレッシュ水泳	9:45~11:15	火	9/3~12/17(14回)	一般	30人	9,100円		
北18	アクアビクスinナイト	19:00~20:15	水	9/4~12/18(16回)	一般	50人	10,400円		
北19	ピギナズ水泳	11:45~13:15	木	9/5~12/19(16回)	一般女性	50人	10,400円		
北20	女性水泳	9:45~11:15	木	9/5~12/19(16回)	一般女性	50人	10,400円		
北21	フライデーアクアビクス	10:00~11:15	金	9/6~12/20(16回)	一般	50人	10,400円		

子ども・親子向け教室 ※往復はがき1枚につき、1人1教室でお申込みください。

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	対象	募集人数	受講料
北22	ガールズ・チア	今回募集はございません。次回募集は区報9月1号に掲載予定です。					
北23	キッズダンス	16:00~17:15	木	9/5~12/19(16回)	小学1~6年生	25人	8,000円
北24	ヒップホップ	16:10~17:25	土	9/7~12/21(15回)	小学4年生~中学生	25人	7,500円
北25	ベビータッチ	9:20~10:10	火	9/3~12/17(14回)	H24.9.2~H25.3.1 生まれの子と保護者	25組	9,800円
北26	カンガルー体操	9:20~10:10	金	9/6~12/20(16回)	H24.3.2~H24.9.1 生まれの子と保護者	20組	9,600円 (双子11,200円)
北27	コアラ体操	A 10:20~11:10			H23.10.2~H24.3.1 生まれの子と保護者		
北28		B 11:20~12:10			H23.4.2~H23.10.1 生まれの子と保護者		
北29	親子体操	14:30~15:30	木	9/5~12/19(16回)	H21.4.2~H23.4.1 生まれの子と保護者	35組	9,600円 (双子11,200円)
北30	子ども体操	H19.4.2~H21.4.1 生まれの子			40人	8,000円	
北31	ミニバスケットボール	16:00~17:30			小学1~6年生	50人	5,000円
北32	卓球	17:30~19:00			9/5~11/7(10回)	小学3~6年生	20人
北33	幼児水泳	15:00~16:00	火	9/3~12/17(14回)	H19.4.2~H21.4.1 生まれの子	25人	7,700円
北34	子ども水泳(火曜)	A 16:15~17:15			小学1~3年生		
北35		B 17:15~18:15			小学1~6年生		
北36	子ども水泳(金曜)	A 16:15~17:15	金	9/6~12/20(16回)	小学1~3年生	60人	8,800円
北37		B 17:15~18:15			小学1~6年生		



事務機器・事務用文具・法令様式
印刷・ゴム印・印鑑・D.P.E

事務用品センター **ゴラス**

〒136-0071 東京都江東区亀戸9-27-13
TEL(3638)3711(代)
FAX(3637)0204

建 物 総 合 管 理
清 掃 から 施 設 警 備 ま で !

株式会社 日豊サービス

江東支店 〒136-0072
東京都江東区大島7-25-4
TEL:03-3638-5676
FAX:03-3862-5295

日豊サービス 検索



※1有5 ZUMBAは1回券(600円)でも参加できます。
※2・有13/14/15ママファミリーエクササイズ参加のお子様は「歩行可能」なお子様対象です。
また、バビママと3人でも受講できる教室です。
※3・有22・23ヒップホップ[STD]は初・中級者、「EXP」は上級者向けとなります。
※有明スポーツセンターでは、子ども教室の兄弟姉妹の同時抽選を行っています。兄弟姉妹と一緒に参加をご希望の方は、受講を希望される方のお名前等、必要事項を1枚のはがきにご記入ください。(その場合の兄弟姉妹の当選・落選は同じ扱いになります。)

**深川
スポーツセンター**

〒135-0044 越中島1-2-18
☎3820-5881



交通機関

- 東京メトロ東西線
●都営地下鉄大江戸線
門前仲町駅(4番出口) 徒歩5分
- JR葉線
越中島駅(1番出口) 徒歩2分
- 都営バス
越中島 徒歩1分

一般向け教室 ※往復はがき1枚につき、1人1教室でお申込みください。

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	対象	募集人数	受講料			
深1	シェイプアップ体操	10:30~12:00	火	9/3~12/3(12回)	一般	50人	6,600円			
深2	ストレッチ体操	13:30~14:30	水	9/4~12/18(16回)				一般女性	50人	8,800円
深3	リフレッシュ体操	10:30~12:00								
深4	シェイプシェイプシェイプ	19:00~20:15	火	9/3~12/3(12回)						
深5	ソシャルダンス	19:00~20:30	木	9/5~12/5(14回)						
深6	ヨガ	水 13:30~14:30	水	9/4~11/20(12回)						
深7	※1 ヨガ	土① 9:30~10:30	土	9/7~12/7(13回)		60歳以上	60人	4,200円		
深8		土② 11:00~12:00								
深9	シルバー体操	水① 9:30~10:45	水	10/2~12/18(12回)		一般(中級者) 履外※2をご参照ください	30人	7,700円		
深10		水② 11:00~12:15								
深11		金 13:30~14:45								
深12	バドミントン	19:00~20:30	火	9/3~12/3(12回)	一般	80人	6,600円			
深13	※2 中級者バドミントン	10:00~11:30	水	9/4~12/4(14回)	一般(中級者) 履外※2をご参照ください	30人	7,700円			
深14	ミス&ミセスバドミントン	10:00~11:30	金	9/6~11/22(12回)	一般女性	80人	6,600円			
深15	卓球	19:00~20:30	火	10/1~11/26(8回)	一般	40人	5,500円			
深16	ソフトテニス	19:00~20:30	水	10/2~12/4(10回)						
深17	※3 柔道	19:00~20:30	水	9/4~11/6(10回)						

※1「ヨガ 土①②」は同一の内容となりますので、1教室を選んでお申込みください。複数お申込みの方は、落選となる場合がございます。
※2「中級者バドミントン」は、江東区バドミントン協会が行っている諸大会等で、3部以上で登録されている方を対象とします。
※3「柔道」は、一般と小中学生の同時開催となります。

子ども・親子向け教室 ※往復はがき1枚につき、1人1教室でお申込みください。

No.	教室名/コース	時間	曜日	期間(回数)	対象	募集人数	受講料
深18	※ママ&ベビー体操 (表下のお知らせを ご確認ください)	火 9:30~10:20	火	9/3~12/3(12回)	H23.4.2~H24.4.1 生まれの子と保護者	30組 60人	7,200円 双子 1,200円増
深19		木 10:00~10:50	木	9/5~11/21(12回)			
深20		金 9:30~10:20	金	9/6~11/22(12回)			
深21	※ママといっしょの ひよこ体操 (表下のお知らせを ご確認ください)	土 10:00~10:50	水	9/4~11/20(12回)	H22.4.2~H23.4.1 生まれの子と保護者	30組 60人	7,200円 双子 1,200円増
深22		水①					
深23		水②					
深24		木 11:00~11:50					
深25	金 10:30~11:20	金	9/6~11/22(12回)				
深26	土 11:00~11:50	土	9/7~11/30(12回)				
深27	ホップこども体操	13:30~14:30	金	9/6~11/22(12回)	H21.4.2~H22.4.1生まれの子	60人	
深28	ステップこども体操	14:40~15:40			H20.4.2~H21.4.1生まれの子	70人	
深29	ジャンプこども体操	15:50~16:50			H19.4.2~H20.4.1生まれの子	80人	
深30	ガンバ体操	16:10~17:20	水	9/4~11/20(12回)	小学1~3年生	35人	
深31	運動神経向上キッズエクササイズ	16:15~17:15	火	9/3~12/3(12回)	小学1~6年生	40人	
深32	柔道	19:00~20:30	水	9/4~11/6(10回)	小中学生	20人	5,000円
深33	ミニバスケットボール	A 15:00~16:00	水	9/4~12/11(15回)	小学1~3年生	60人	7,500円
深34		B 16:10~17:10			小学4~6年生		

深川スポーツセンターからのお知らせ

ママ&ベビー体操教室・
ママといっしょのひよこ体操教室の
各コースに参加希望の皆様へ

親子のふれあいを大切にしたい教室です。

○保護者とお子様の2人1組でお申込みください。ただし、双子のお子様の場合は、お子様2人の3人1組としてお申込みいただけます。(追加料金が必要です。)
また、参加されるお子様の兄弟・姉妹は同伴できません。
○妊娠されている方は保護者として参加できません。
○「ママ&ベビー体操教室」および「ママといっしょのひよこ体操教室」の各コースは、それぞれ同一の内容となります。1教室を選んでお申込みください。複数の教室をお申込みの方は、落選となる場合がございます。



総合ビルメンテナンス
ACT 21
ビル・トータルメンテナンス

株式会社 アクト・ツーワン

江東支店 〒136-0072
東京都江東区大島7-11-5
TEL.03-3681-6400 FAX.03-3681-6407

東京電力優秀電気工事店
柳澤電気工業株式会社

工事部 TEL(3642)1266(代) FAX(3642)1268

東芝ストアー 家庭電化製品販売・修理
電化センター ヤナギサワ

販売部 TEL(3641)3691 江東区白河3-1-15
FAX(3642)1268 家電担当 森田

健康センターからのお知らせ

秋から歩く、ウォーキング12週間

〒135-0016 東陽2-1-1 ☎3647-5402

「健康ウォーキング12週間」講座 受講者募集!!

江東区には、水影都市ならではの親水緑道や緑豊かな公園といったウォーキングコースが充実しているをご存知ですか。この講座では、健康センターを起点にこれらのウォーキングコースを歩いて、ゲートブリッジやスカイツリーなど話題のスポットを巡ります。また、講演では、大学教授によるウォーキングの効用や正しい歩き方、ストレッチ方法などケガをしないための必要な知識も学びます。

期間中は、膝や腰の負担を軽くするノルディックウォーキングにも挑戦します!これからウォーキングを始めようと考えている方、また、続けていきたいと考えている方、さあ、いっしょに歩きましょう!

- 日程 下記の表をご参照ください。
対象 概ね40歳以上の区内在住・在勤者80名
費用 6,000円(傷害保険等含む)
申込方法 平成25年8月5日(月)午前9:00~定員になり次第終了
健康センター1F窓口または電話(3647-5402)にて先着順



Table with columns: 日時, 内容. Details of the 12-week walking course including dates, times, and instructors.

まもなく江東シーサイドマラソン申込み開始!

安全に大会を楽しむために、メディカルチェックを受けよう!

近年、東京マラソンなどがきっかけで、空前的マラソンプラムとなっています。江東区でも、11月にシーサイドマラソンが行われており、毎年3,000人を超えるランナーが江東区内を颯爽と駆け抜けます。

マラソンに限りませんが、スポーツの大会中に体調不良を訴え、倒れてしまう方は少なからずいらっしゃいます。その多くは、運動中に起こる虚血性心疾患が原因と言われています。

健康センターの健康度測定では、安静時の検査ではわからない心疾患を発見する「運動負荷心電図検査」を含めたメディカルチェックを行い、運動中の事故を未然に防ぎます。

マラソン大会に参加される方もそうでない方も、何か運動を始める前には、一度、メディカルチェックを受けていただくことをぜひお勧めします!ご希望の方は、健康センターまでお問合せください。

受診後は、医師の判定のもと、健康センターのトレーニングルームをご利用いただけます。日頃のトレーニングにぜひ活用ください。

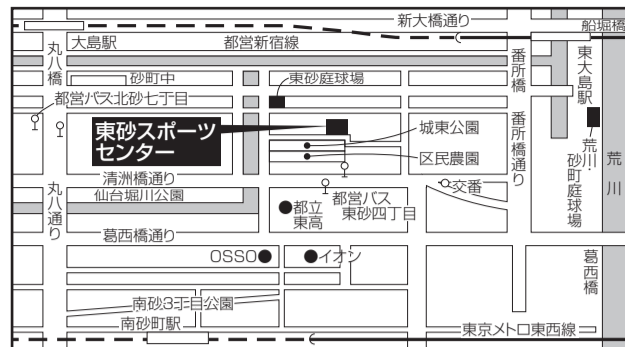
- 日程 毎月 金・土曜日の午前中(月4回程度)事前予約制
対象 15歳以上(中学生を除く)の区内在住・在勤者
費用 Aコース 7,000円 Bコース 5,000円(要3ヶ月以内の血液検査14項目)
申込方法 電話または健康センター1F 受付まで



Medical check and training information including 'メディカルチェック(医学的検査)', '運動カウンセリング', and 'トレーニング開始'.

東砂スポーツセンター

〒136-0074 東砂4-24-1 ☎5606-3171



一般向け教室 ※往復はがき1枚につき、1人1教室でお申込みください。

Table listing general classes with columns: No., 教室名/コース, 時間, 曜日, 期間(回数), 対象/強度, 募集人数, 受講料. Includes classes like Body Shape, Yoga, Tai Chi, etc.

子ども・親子向け教室 ※往復はがき1枚につき、1人1教室でお申込みください。

Table listing children and parent classes with columns: No., 教室名/コース, 時間, 曜日, 期間(回数), 対象, 募集人数, 受講料. Includes classes like Parent-Child Body Shape, Kids Karate, etc.

仲間をつかって 楽しくリハビリ



下記の①~③すべてに該当する方を対象に、日常生活での自立を目標に機能回復訓練を行います。

- ①脳血管障害等により身体機能が低下している方
②医療機関でのリハビリを終了した方で、医師から通所によるリハビリを勧められている方(要:後日、診断書)
③健康センターまで自力で通所し、運動できる方(家族等の送迎可)

通所期間 平成25年10月~平成26年3月の6ヶ月 原則、月曜日(もしくは日曜日)と木曜日9:30~11:30
受付期間 平成25年7月16日(火)~7月31日(水)9:00~17:00 電話または健康センター1F 受付まで
費用 無料 対象 区内在住者 ※詳細は、お問合せください。(☎3647-5402)

第67回江東区民体育大会優勝者・優勝チーム

4月7日(日)から様々な競技が行われました。6月9日(日)までに終了した競技の優勝者・優勝チームは次のとおりです。

- デニス 一般男子の部 尾橋 功二
●柔道 少年男子の部 赤羽 航(コマツ)
●剣道 小学生低学年の部 小泉 心
●空手道(組手) 少年の部 松下 宗太郎(一友会)
●バドミントン(ダブルス) 一般男子1部 齋藤 大城
●弓道 団体男子の部 亀井達久・榎本尚之・杉山浩司
●卓球 一般男子の部 田島 裕之(勝男クラブ)

Advertisement for ProVance Corp. featuring images of their products and contact information.

Advertisement for Josai Co., Ltd. (城西企業) with business content and contact details.

Advertisement for Josai Co., Ltd. (松本文信堂) for printing services.

Advertisement for Nippon Beauty Co., Ltd. (日本美装株式会社) for building management services.

Advertisement for Rinreisa Service Co., Ltd. (リンレイサービズ) for office building maintenance.

Advertisement for Shoji Denki Co., Ltd. (株式会社 荘司電気) for electrical work, design, and construction.

Advertisement for Fujikirin Co., Ltd. (株式会社 フジクリン) for environmental and health management services.

Advertisement for Kawasaki Printing Co., Ltd. (川村印刷) for printing services and safety equipment.

キッズチア 全国大会で大活躍!

3月26日に幕張メッセで開催された「USA Allstar Nationals 2013」に江東区内で活躍しているチアの2チームが出場し、両チームともに全国優勝を収めました。

亀戸スポーツセンターで練習を重ねている「亀戸スポーツセンターSTARRY WINGS」がPom部門Junior-Large編成で第1位、また東砂スポーツセンターで活動している「東砂スポーツセンターLITTLE WINGS」がSpiritleading部門Senior編成にて第1位という快挙です。

どちらのチームもそれぞれのセンターで開催している教室からスタートした子供たちの中から選抜チームが結成され、大会参加のためにたくさんの練習を重ねてきました。

チアは1人1人の実力はもちろんのこと、美しいフォーメーションも必要となり、チームワークがとても大切な競技です。そして日常から元気な挨拶や、目標を持った日々を送るなど、競技だけでなく気持ちも大切に、仲間と一緒に泣いたり笑ったりともに成長してきました。

それが今回の優秀な結果となったのでしょう。

この7月にもまた別の大会があり、それぞれのチームが出場する予定です。これからも江東区代表として応援していきます。

チアの教室は亀戸、東砂、有明、深川北の各スポーツセンターで開催しています。第2期でも受講生を募集しておりますので、ご興味のある方はこの機会にお申込みください。

また、10月の体育の日には亀戸スポーツセンターにて、キッズチアを含めたキッズダンス発表会も開催予定です。大会に出場しているチームも出場する予定です。詳細は9月15日発行予定の次号の紙面でお知らせします。お楽しみに♪



亀戸スポーツセンター STARRY WINGS



東砂スポーツセンター LITTLE WINGS

各センターキッズチア教室は下記のとおり開催します。



ちびっこチアガールも一生懸命練習を重ねています。

センター名	教室名	開催日・時間	対象	詳細	備考
亀戸スポーツセンター	キッズチアA	水曜日 15:00~16:00	5・6歳児	P3	今期は追加募集です
	キッズチアB	水曜日 16:00~17:00	小学1-6年生		
有明スポーツセンター	有明キッズチア	木曜日 17:00~18:15	小学1-6年生	P4	
東砂スポーツセンター	こどもリズムダンスJr	火曜日 15:15~16:00	H19.4.2~H21.4.1生まれの子	P6	今期は若干名の募集
	こどもリズムダンス	火曜日 16:15~17:30	小学1-6年生		
深川北スポーツセンター	ガールズチア	土曜日 14:30~15:50	小学1-6年生の女子	P5	今号での募集はありません

いよいよ
今年9月開催!

東京に 多摩に 島々に 羽ばたけアスリート
東日本大震災復興支援

スポーツ祭東京2013



「スポーツ祭東京2013」とは、「第68回国民体育大会」と「第13回全国障害者スポーツ大会」をひとつの祭典として行う国内最大のスポーツの祭典で、今年9月より都内各地で開催されます。東京都での国民体育大会(国体)の開催は、昭和34年の第14回大会以来54年ぶり3回目、全国障害者スポーツ大会(障スポ)は初めての開催です。江東区内では、水泳(競泳・飛込・シンクロ)、セーリング、ライフル射撃(CP)の3競技と障スポの水泳(競泳)が開催されます。詳しくはスポーツ祭東京2013江東区実行委員会HPをご覧ください。

詳しくは [スポーツ祭東京2013 江東区](#)

スポーツ祭東京2013江東区開催競技

競技	会場	日程
水泳 (競泳・飛込・シンクロ)	東京辰巳国際水泳場 (辰巳2-8-10)	シンクロ :9月11日(水) 競泳・飛込:9月13日(金) ~ 9月15日(日)
セーリング	若洲海浜公園ヨット訓練所 (若洲3-1-1)	9月29日(日) 10月2日(水)
ライフル射撃 (センター・ファイア・ピストル)	警視庁術科センター (新木場4-1-24)	10月6日(日) 10月7日(月)
全国障害者スポーツ大会 水泳(競泳)	東京辰巳国際水泳場 (辰巳2-8-10)	10月12日(土) 10月14日(月)

カラダを動かす、新習慣。

フィットネス・ジュニアスイミングスクール



見学随時OK!
お気軽にお越し下さい。

スポーツクラブ オッソ南砂

〒136-0076 江東区南砂6-7-15 トピレックプラザ 西館2F

お問い合わせ
資料請求は
こちら **0077-78-0550**

TOP Indoor Stage

サンストリートにあるので、便利。
インドアテニススクール&ゴルフスクール

亀戸駅東口・徒歩3分
サンストリート駐車場5F

見学歓迎!
スクール生募集中!

トップインドアステージ 亀戸

03-3636-3990 TOP亀戸



“快適環境”を追い求めて...



株式会社 第一管理代行

〒101-0061 東京都千代田区三崎町 2-15-5

http://www.dikd.co.jp

TEL. 03-3261-7731 FAX. 03-3261-7732

スクールメンバー募集中!
見学・体験随時受付中!!

Kids
ダンス・バレエ
極真空手



Fighting

キックボクシング
極真空手
総合格闘技・柔術



世界700店舗 No.1フィットネスクラブ

フィットネスクラブ
GOLD'S GYM

フィットネスメンバーも募集中!!

☎03-3645-9434

東西線 南砂町駅 徒歩3分 ニトリ裏