

10/13
(月・祝)

スポーツの日 イベント



リラクゼーション ストレッチ

ゆっくり伸ばして心も身体もリラックス！

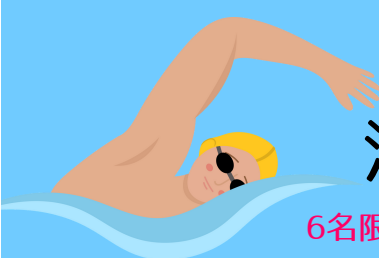
講師	柴田 祥江 先生	事前申込 先着25名
時間	14：00～15：00	
場所	2階 多目的室	
対象	中学生を除く15歳以上の方	
参加費	600円	
申込み	9/26（金）9：00から窓口・電話にて	



初めてのヨガ

初心者大歓迎！心と体を整えましょう！

講師	柴田 祥江 先生	事前申込 先着25名
時間	15：20～16：20	
場所	2階 多目的室	
対象	中学生を除く15歳以上の方	
参加費	600円	
申込み	9/26（金）9：00から窓口・電話にて	



泳法チェック

6名限定！あなたの泳ぎをアドバイス！

時間	① 16：15～	各10分	事前申込 先着6名
	② 16：25～		
	③ 16：35～		
	④ 16：45～		
	⑤ 16：55～		
	⑥ 17：05～		
場所	大プール		
対象	25m以上泳げる方（各回1名）		
参加費	プール利用料のみ		
申込み	9/26（金）9：00から窓口・電話にて		



①ミニ水上アスレチック

スポーツの日限定！小プールに浮島が現る！？

②水中写真撮影会

親子で記念に！水中で撮影した写真をプレゼント！

時間	① 13：50～14：00	当日申込
	② 16：05～16：15	
場所	小プール	
対象	小学生以下（②は親子でも参加可）	
参加費	プール利用料のみ	
申込み	①お時間になりましたら小プールへ お集りください ②プール場内スタッフまで	

問合せ／申込先

公財）江東区健康スポーツ公社
〒135-0023 江東区平野3-2-20

深川北スポーツセンター
電話 03-3820-8730
FAX 03-3820-8731

スポーツの日イベント情報はこちらから ➡

