

あらかわ 秋のスポーツイベント

令和4年10月9日(日)

- 持ち物:運動ができる服装、室内用運動靴(室内種目のみ)
※参加種目の用具を持っている方は、持参してください。
- 参加費:無料

事前申込不要
会場に直接
お越しください

※希望多数の場合は
参加できない場合
があります

スポーツ教室&イベント

荒川総合スポーツセンター(荒川区南千住6-45-5)

9:00~12:00	4階 弓道場	弓道教室【対象】15歳以上
9:30~11:30	3階 第1武道場	ボッチャ教室
10:00~11:00	2階 大体育室	区民体育大会開会式
10:00~14:00	M2階 エアライフル場	ビームライフル教室【対象】14歳以上
13:00~15:00	2階 卓球場	卓球教室
13:00~15:00	3階 第1武道場	剣道教室
13:00~16:00	3階 第2武道場	柔道教室
15:45~17:45	2階 大体育室	バドミントン教室 ※要ラケット持参
15:45~17:45	2階 大体育室	ビーチボール教室

南千住野球場(荒川区南千住6-45-6) ※雨天中止

13:00~15:30	軟式野球教室【対象】小学生 ※要グローブ持参
-------------	------------------------

荒川公園(荒川区荒川2-2-3 荒川区役所前) ※雨天中止

6:10~6:40	ラジオ体操会
① 12:45~13:45	こども釣り教室 【対象】小・中学生 【定員】各回40名 【受付開始】①…15分前から ②③…30分前から ※小雨決行 ※釣りざおを貸し出します
② 14:00~15:00	
③ 15:15~16:15	

荒川自然公園(荒川区荒川8-25-3) ※雨天中止

13:00~15:00	テニスコート	テニス教室(硬式) ※要ラケット・テニスシューズ持参
15:00~17:00		

東尾久運動場(荒川区東尾久7-1-1) ※雨天中止

9:30~14:00	小広場	ゲートボール教室
13:00~17:00	テニスコート	ソフトテニス教室 ※要ラケット・テニスシューズ持参

あらかわ生涯スポーツフェスティバル 2022

荒川総合スポーツセンター(荒川区南千住6-45-5)

13:00~15:30	1階 小体育室	ミニバスケットボール教室【対象】小学生
13:00~15:30	2階 大体育室	バレーボール教室【対象】小学生以上※要事前申込み(9月30日(金)締切)

●主催:荒川区体育協会

【問合せ】荒川区スポーツ振興課 ☎03-3802-3111(内線 3373・3374)

あらかわ 秋のスポーツイベント

スポーツ施設の一部無料開放

令和4年10月10日(月・祝)

- 持ち物【共通】飲み物・タオル・参加種目の用具
【温水プール】水着・水泳帽・ゴーグルなど
【トレーニングルーム・卓球場・アリーナ】室内用運動靴・動きやすい服装
- 小学3年生以下の方は保護者の同伴が必要です
- プールでは水泳帽を着用してください

事前申込不要
会場に直接
お越しください

※希望多数の場合は
参加できない場合
があります

荒川総合スポーツセンター(荒川区南千住6-45-5)

8:00~20:00	温水プール	【時間】2時間まで 【対象】おむつがとれた2歳6か月以上の方
	トレーニングルーム	【時間】2時間まで 【対象】15歳以上の方(中学生不可)
	卓球場	【時間】30分間まで 【対象】どなたでも
10:00~13:00	キッズルーム	【時間】50分交替制 【対象】未就学児の方 ※各交替時に10分間の消毒作業あり
14:00~17:00		

あらかわ遊園スポーツハウス(荒川区西尾久8-3-1)

9:00~21:00	温水プール	【時間】2時間まで 【対象】おむつがとれた乳幼児以上の方
	トレーニングルーム	【時間】2時間まで 【対象】15歳以上の方(中学生不可)
	アリーナ	【時間】2時間まで 【対象】どなたでも

体カテスト

令和4年10月9日(日)

荒川総合スポーツセンター(荒川区南千住6-45-5)

1階小体育室 9:00~12:00(11:00 受付終了)

- 持ち物:室内用運動靴・動きやすい服装
- 種目:握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび
急歩・20mシャトルラン・立ち幅跳び ※すべての種目に参加する必要はありません

