



東京都
地域スポーツクラブ



入場
無料

スポーツ交流会

2024年1月21日（日）

10:00～15:00



中央区立総合スポーツセンター主競技場



チッキー

どなたでも
参加できます！

室内履きを
ご用意ください



クラちゃん

楽しいイベント盛りだくさん！！

ご来場お待ちしております♪

スポーツ体験

- ❁ ボッチャ
- ❁ ダブルダッチ
- ❁ フットサル

Fリーグ: SHINAGAWA CITY



SHINAGAWA CITY
FUTSAL CLUB

部活動・クラブ紹介

- 講演
『学校部活動と地域スポーツクラブ
について』
- 部活動種目紹介・体験
ホッケー/ダブルダッチ
ボクシング/タ格レスリング
- 意見交換・個別相談会
- 都内地域スポーツクラブ
パネル展示

☆お楽しみ☆
スタンプラリーで
プレゼントあります！

ステージ発表

ゆる種目体験

羽村市公式キャラクター
『はむりん』登場

【主催】公益財団法人東京都体育協会

【後援】中央区・中央区教育委員会

【企画運営】東京都地域スポーツクラブ交流会企画運営委員会

当日プログラム/ステージ発表

- 10:00~10:10 開会式
- 11:00~11:50 ステージ発表①
- 11:00~11:10 フラダンス/(一社)渋谷ほんまちクラブ
- 11:10~11:20 チアダンス/(一社)中央区地域スポーツクラブ大江戸月島
- 11:20~11:30 空手/(一社)中央区地域スポーツクラブ大江戸月島
- 11:30~11:40 HIPHOP/NPO法人志村スポーツクラブ・プリムラ
- 11:40~11:50 フラダンス/三鷹市ベッセルスポーツクラブ
- 14:00~15:00 ステージ発表②
- 14:00~14:10 チアダンス/(一社)オール水元スポーツクラブ
- 14:10~14:20 ジャズダンス/(一社)はむら総合型スポーツクラブはむすぽ
- 14:20~14:30 フラダンス/西東京市総合型地域スポーツクラブ・にしはらスポーツクラブ
- 14:30~14:40 ダンス/新宿チャレンジスポーツ文化クラブ
- 14:40~14:50 チアリーディング/ようがコミュニティクラブ
- 14:50~15:00 チアダンス/NPO法人総合型地域スポーツクラブ平和台
- 15:00~15:30 閉会式
- みんなであそぼう！

※時間は目安です。内容は変更になる場合があります。

会場

中央区立総合スポーツセンター 主競技場

中央区日本橋浜町2丁目59番1号区立浜町公園内

(アクセス) 都営地下鉄新宿線浜町駅 A2番出口 徒歩2分
東京メトロ日比谷線人形町駅 A2番出口 徒歩8分



ゆる種目体験 ※10:00~15:00

モルック

木の棒を投げ、数字
が書いてあるピン
を倒すスポーツで
す。



スラックレール

スラックレールは乗ったり
踏んだりするだけで、簡単
で楽しく誰でも体幹を機
能させて、体軸を整える
ことができます。



くつしたまいれ

※ゲリラ開催

くつしたで玉入れ！？



紙コップ玉入れ

紙コップに玉入れです！



ディスゲッター

ドッジビーで、
ストラックアウト



ラダーゲッター

ヒモでつながっている2個
のボールをハシゴに向かっ
て投げます。



スポーツ体験

フットサル

※13:30~

フットサルはおもに室内で行う5人制のミニサッカーです。
今回は、Fリーグ:SHINAGAWA CITYの選手・スタッフによる教室も
開催いたします。



ポッチャ

※10:30~

ヨーロッパ生まれのポッチャは、
重度障がい者のために考案さ
れたパラリンピックの正式種目
です。
白いジャックボールに、
赤・青それぞれ6球の
ボールを投げたり、
転がしたりして、
いかに近づける
かを競います。



ダブルダッチ

※12:00~

ダブルダッチ(Double Dutch)は、
2本の縄を使って跳ぶ縄跳びです。
向かい合ったターナーと呼ばれる
2人の回し手が2本の縄を内側に
回し、その中でジャンパーと
呼ばれる
跳び手が
技を交え
ながら
跳びます。



部活動種目紹介・体験

※午前の部 10:30~12:00
午後の部 13:00~15:00

ボクシング(ミット打ち)



ボクシングの
グローブを付
けて、ボクシ
ングの基本的な
パンチを教わ
ります。

タゲレスリング

手足にリボンをつけて、
レスリングの構えから
相手のリボン
を取り合います。



ダブルダッチ



ホッケー

2つのチームで、先の曲がった
スティックで
ボールを誘導し
相手チームが
守備している
ゴールへ入れる
ゲームです。



☆お楽しみ☆
スタンプラリー



▶地域スポーツクラブサポートネット

あなたのまちの
地域スポーツクラブを
探してみよう！



▶地域スポーツクラブ交流会の
最新情報はこちら



公益財団法人
東京都体育協会
03-6804-1472