

開館
40周年

Y O K O H A M A

スポーツレクリエーション フェスティバル2025

2025年10月13日（月祝）開催

ワンデーレッスン体験 （エアロ・ボクサ・ヨガ）



エアロ、ボクサ、ヨガの
3教室が体験できます。

※かながわアスリートネットワーク協働事業

かけっこ教室

講師：宮坂 楓 選手
（三段跳・走り幅跳び）



小学生対象のかけっこ教室です。
アスリートからいっぱい学ぼう！

ゴールボール体験



目隠しでスポーツ！？
障がい者スポーツを体験しよう！

あそび天国ブース



バルーンアートやけん玉
などの遊びが体験できます♪

ミニゲームコーナー



さかな釣り・ボーリング・
コインおとしにチャレンジ♪

ピックルボール体験



パドルというラケットでプラス
ティック製の穴あきボールを打ち
合うスポーツです。
子どもからシニアまでみんなで
楽しめます！



詳細はこちらから

日 程

2025年10月13日（月祝）

時 間

9：00～17：00

会 場

金沢スポーツセンター

※「かながわアスリートネットワーク」とは、県内スポーツ関係著名人やプロスポーツ選手、国体出場選手等により構成された、本県のスポーツ振興に貢献することを目的とする組織であり、宮坂氏は同ネットワークメンバーである。

事前申込

◆9月16日(火)11:15～(先着順)来館または電話にて受付 TEL:045-785-3000

第1体育室

■ピククルボール体験

講師:上田(ミッドランダーズ)

9:30～11:00

対象:小学生～大人

①体験用(2コート) ※指導あり

定員:40名 料金:500円

②フリーコート(3コート) ※指導なし

定員:48名(1コート16名)

料金:250円

◆準備物:運動できる服装、飲み物、
タオル、ラケット(お持ちの方)

■かけっこ教室

①13:30～14:30

定員:小学1・2・3年生／40名

料金:各回1000円／1人

②14:50～15:50

定員:小学4・5・6年生／40名

【講師】

宮坂 楓 選手(種目:三段跳・走幅跳)

自己ベスト:三段跳13m52・走幅跳6m41

かながわアスリートネットワーク協働事業メンバー

～宮坂選手から一言～

走るって楽しい、速く走れるって楽しい!

を感じられるお時間をお届けします!

一緒に楽しく走りましょう!

◆準備物:運動できる服装、飲み物、タオル、
室内シューズ(かけっこ教室は、しっかりとした運動シューズを
ご用意ください。外履きを洗っての対応でも大丈夫です)

当日申込

第2体育室

■さわやかスポーツ体験(輪投げ、ナインボールなどを予定)

&ポッチャ体験(その場でチームを作り、試合も行います)

9:30～11:45

対象:小学生以上

料金:無料

■ゴールボール体験

講師:まる倶楽部

13:00～14:30

定員:小学生～大人／30名

料金:1人300円

第3体育室

■水曜エアロ45(講師:岩崎)

9:00～9:45 料金:510円

■水曜ボクサ(講師:内田)

10:00～11:00 料金:660円

■ヨガ45(講師:佐藤)

11:15～12:00 料金:510円

◆定員:各30名(先着順)／対象:16歳以上

◆各教室開始時間の15分前から受付を行うので、券売機でチケットを購入し受付にお渡しください

◆準備物:運動のできる服装、飲み物、タオル、室内シューズ(ヨガは不要)

研修室

■あそび天国ブース

バルンアート、スーパーボールすくい

(2023年度実施)

講師:青少年指導員

9:00～13:00

対象:どなたでも／料金:無料

ロビー

■ミニゲームコーナー

さかな釣り、ボーリング、コイン落とし

9:30～16:00

対象:どなたでも／料金:無料

■手作り雑貨の販売

販売者:ライブアップ金沢

10:00～14:00



※詳細はホームページをご覧ください!

※トレーニング室(定員25名)は、通常通り営業いたします。