

# 泉市民体育館 まつり

10/14  
(体育の日)

立川市泉市民体育館 TEL.042-536-6711

主催 (特非) 立川市体育協会 / 共催 立川市

参加費無料  
当日受付  
観覧無料



| 第一体育室                                                                                         |   |   | 第二体育室                                                                        | プール                                                               |                                                               |   |                                                              |   |       |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------|---|-------|-----|
| 4                                                                                             | 1 | 5 | 2                                                                            | 6                                                                 | 3                                                             |   |                                                              |   |       |     |
| 9 : 40                                                                                        |   |   | バスケットボール<br><br>(3×3TACHIKAWA DICE)<br><br>事前申込<br>立川市バスケットボール協会<br>ホームページ参照 | 水辺の安全対策<br>水の事故から自分を守ろう<br>(昭和第一学園ライフセービング部)<br><br>10:00 ～ 11:00 |                                                               |   |                                                              |   |       |     |
| 太極拳<br>心身の安定・意識・呼吸・<br>動作をゆっくり行う<br><br>合気道<br>合気道で健康になろう<br>合気道で体をうごかしましょう                   |   |   |                                                                              |                                                                   | ボルダリング<br><br>空手演武・体験<br>団体形の演武と空手体験会                         |   | 生涯スポーツ<br>ミニテニス<br>立川生まれのミニテニス体験<br>してみませんか！                 |   |       |     |
| 10 : 50<br>11 : 10                                                                            |   |   |                                                                              |                                                                   |                                                               |   |                                                              |   |       |     |
| ボクシング<br>ストレス発散！<br>ダイエット！<br><br>吹矢体験<br>正しい姿勢と腹式呼吸の<br>トレーニングになります                          |   |   |                                                                              |                                                                   | ボルダリング<br><br>スポーツダンス<br>をどうぞ！<br>ダンス初めての方もどうぞ<br>参加してみてください。 |   | ソフトバレーボール<br>誰でも参加できます<br>楽しさいっぱい<br><br>手のひら<br>バレー<br>汗と笑顔 |   |       |     |
| 12 : 20<br>12 : 40                                                                            |   |   |                                                                              |                                                                   |                                                               |   |                                                              |   |       |     |
| フットサル<br>立川・府中アスレティック FC・<br>府中アスレティック FC プリメイア<br>によるフットサル教室<br><br>事前申込：立川市体育協会<br>ホームページ参照 |   |   |                                                                              |                                                                   | ボルダリング<br><br>Let's try<br>新体操<br>新体操をやってみよう！<br>みてみよう！       |   | バドミントン<br>バドミントンを<br>体験しませんか？                                |   |       |     |
| 13 : 50<br>14 : 10                                                                            |   |   | 泉市民体育館まつりセレモニー (DICE チア)                                                     |                                                                   |                                                               |   |                                                              |   |       |     |
| ソフトテニス<br><br>快音を響かせませんか！                                                                     |   |   | ボルダリング<br><br>In Body 測定<br>体脂肪率・筋肉量の測定                                      |                                                                   | ラージボール卓球<br>ラージボールを<br>体験しよう！<br><br>ラダーゲッター<br>体験してみませんか？    |   |                                                              |   |       |     |
| 15 : 20                                                                                       |   |   | 4                                                                            | 1                                                                 | 5                                                             | 2 | 6                                                            | 3 | 第二体育室 | プール |

| 野球場   | ゲートボール場                                                               |
|-------|-----------------------------------------------------------------------|
| 9:00  |                                                                       |
| 9:50  |                                                                       |
| 10:00 | ターゲットバードゴルフ<br>気軽にご参加を! 誰でも<br>簡単にゴルフ気分を<br><b>野球教室</b><br>友達・心・体をつくる |
| 10:50 |                                                                       |
| 11:00 | ストラック<br>アウト<br><b>野球教室</b><br>友達・心・体をつくる                             |
| 11:50 |                                                                       |
| 12:00 |                                                                       |

正面玄関前  
竹とんぼ  
9:30～14:00 (無くなり次第終了)

正面玄関前  
焼きそば販売  
11:00～ (無くなり次第終了)

正面玄関  
物品販売

トレーニングジム無料開放  
雨天は屋外種目中止  
屋内種目は室内履きを持参