

スポーツ体験プログラムだけじゃない!

がっしがスポーツフェスティバル2020

無料体験レッスンの申込方法 ※10月11日(日)限定

申し込みは、パソコン、スマートフォンからアクセスしてください。

Table with columns: 抽選申込期間, 抽選結果確認期間, 葛飾区公共施設予約システム, 9月12日(土)から9月26日(土), 9月29日(火)から10月9日(金), https://rsv.shisetsu.city.katsushika.lg.jp/web/

※当選確認は葛飾区公共施設予約システムにてご確認ください。
※当選者は、当日マスク・運動できる服装・館内シューズ・タオルを持参ください。
※レッスン開始20分前に体育館正面入口にお集まりください。途中参加不可となります。時間厳守でご参加ください。
※入館時にはマスク着用・検温・利用同意書の提出が必要になります。

Table with columns: 検索番号, プログラム名, 会場, 対象, 時間, 定員. Includes programs like 奥戸 ゆったりヨガ, 奥戸 エアロピクス, etc.

Table with columns: 検索番号, プログラム名, 会場, 対象, 時間, 定員. Includes programs like 奥戸 グループフィット45 day, etc.

Table with columns: 検索番号, プログラム名, 会場, 対象, 時間, 定員. Includes programs like 奥戸 グループフィット45 night, etc.

Table with columns: 検索番号, プログラム名, 会場, 対象, 時間, 定員. Includes programs like 奥戸 グループフィット45 night, etc.

Table with columns: 検索番号, プログラム名, 会場, 対象, 時間, 定員. Includes programs like 奥戸 バドミントン, etc.

Table with columns: 検索番号, プログラム名, 会場, 対象, 時間, 定員. Includes programs like 奥戸 バスケットボール, etc.

Table with columns: 検索番号, プログラム名, 会場, 対象, 時間, 定員. Includes programs like 奥戸 バドミントン, etc.

宛先オモテ面: 〒124-0022 奥戸7-17-1 奥戸総合スポーツセンター内 「夜間無料一般開放」係
宛先ウラ面: ① コース番号、② 代表者の氏名・年齢・住所・電話番号、③ 利用者全員の氏名・年齢
返信オモテ面: 代表者住所・氏名(様)
※同一人の重複申し込みは無効となります。
※中学生以下のご利用は保護者(高校生相当以上)の付添が必要のため、保護者が申し込みください。
※ラケットやボールなどの用具は各自ご持参ください。(貸し出しはありません)
※指導員はつきません。※往復ハガキは1コースごとに1枚必要です。
※当日は当選ハガキを受付に提出してください。

トレーニングルームの無料開放 ※10月11日(日)限定

Table with columns: トレーニングルーム, 奥戸, 水元, 利用希望者は各回15分前にお集まりください。定員以上に達した場合はその場で抽選します。

温水プールの無料開放 ※10月11日(日)限定

Table with columns: 温水プール, 奥戸, 水元, 各回30分前から先着順に受付します。定員以上に達した時点で受付を終了いたします。

民間スポーツ施設 協賛イベント

〈フィットネス&スイミングクラブ〉※期間限定

Table with columns: 施設名・連絡先, 特典内容. Includes KSCwellness, セントラルフィットネスクラブ青砥, etc.

〈ボウリング/ゴルフ〉※10月11日(日)のみ適用

Table with columns: 施設名・連絡先, 特典内容. Includes 新小岩サニーゴルフ, 新小岩サニーボウル, etc.

※詳細については各施設へ直接お問い合わせのうえご利用ください。
※参加方法: ①スポーツがっしが9月号(本紙)②SF2020イベントパンフレットのいずれかをご持参いただくか、上記特典内容を①や②、または区ホームページで見たと伝えてください。
※新小岩サニーゴルフ、新小岩サニーボウルは①、②のいずれかをご持参ください。

〈協賛・協力団体による無料体験プログラム〉※10月11日(日)限定

Table with columns: プログラム名(申込方法), 会場, 対象, 時間, 定員. Includes programs like 空手・居合・合気道GO!, 経絡ストレッチ体験, etc.

往復ハガキによる申し込み 往復ハガキに①名前②年齢③住所④連絡先⑤プログラム名⑥希望時間帯(ポニースクールかつしかのみ)を記入し下記までお申し込みください。
ポニースクール: 〒125-0032 葛飾区水元1-19
ポニースクールかつしか宛て ☎(3627)0745
こやのエンジョイくらぶ宛て 〒124-0022 葛飾区堀切4-60-1 ☎(6662)9500

〈その他〉走行・歩行することにより様々な特典がもらえます!

October Runners Co.jp オクトーバー・ラン&ウォーク2020 参加費無料! 「オクトーバー・ラン&ウォーク」では「スポーツの秋」、10月1ヶ月間の走行・歩行距離を競い、毎日の運動習慣を身につけながら健康づくりをすることができます。

車イス優先更衣室について

奥戸総合スポーツセンター体育館2階に「車イス優先更衣室」を設置しました。
利用時間: 1組1回あたり30分
利用方法: 施設利用日の当日に、奥戸総合スポーツセンター体育館1階受付でお申し込み下さい。

12・1月分の施設抽選申込スケジュール

Table with columns: 抽選申込可能件数, 抽選申込期間, 抽選日, 抽選結果確認期間, 1ヶ月につき5件, 10月1日(木)から10月10日(土), 10月12日(月), 10月16日(金)から10月25日(日)

10月度1DAYレッスンのご案内

Table with columns: レッスン, 曜日・時間, 開催日, 検索番号, 申込期間, 定員, 対象, 会場. Includes ZUMBA, Group Fight lessons.