



10月14日(祝) 午前10時～午後4時  
会場 住友金属鉾山アリーナ青梅 ほか



事前申し込みやスポーツDAYの詳細はこちら

問 スポーツ推進課

昨年、大人気だったイベントを今年も開催します！誰もが楽しめるスポーツコーナーや、最新技術を用いた新しいスポーツ体験会などを実施予定です。※以下の体験は事前申し込みが必要です。



前回のスポーツDAYの様子を見ることができます



青梅FC選手と一緒に「フットボール体験教室」

ボール運動などの遊びを中心にボールを蹴る楽しみを味わうことができる教室です。

新体操体験会  
～フープやリボンを使って音楽に合わせて踊ってみようよ～  
フープやリボンを使った新体操の体験会を行います。

初心者でも安心！  
ジョイフルスローピッチで楽しむソフトボール

やわらかいボールを使用し、試合形式で体験します。



武道の神髄・心身統一を目指す！  
弓道体験

弓道の基本について学び、実際に弓を射る体験をします。



親子で楽しもう！  
ビーチボール体験

親子でビーチボールのゲームを楽しみます。



みんなの野球教室  
ちびっこティーボール&親子で楽しむ硬式球試打

硬球試打、ストラックアウト、遠投などを通じて、野球の楽しさを体験します。



JBoA競技規則フレンドリー  
マッチ版ボッチャ大会

公式ルールで行うボッチャゲームを実施します。

一部スポーツ施設の無料開放

スポーツの日限定で、スポーツ施設を空き時間に無料で利用できます。詳細は市ホームページをご覧ください。

申し込み

9月17日の午前9時から直接住友金属鉾山アリーナ青梅へ

イベントサポートボランティア募集

受付や会場案内等の運営のボランティアスタッフを募集しています。希望する方は、市スポーツ推進課（市役所3階）へご連絡ください。

デフ・パペットシアター・ひとみ presents  
音で遊ぶワークショップ  
～音を目で見たり体で感じたりしよう～

問 社会教育課

ろう者と聴者、音にはその壁がないことを実感した講師やなせが届ける音の世界をご堪能ください。

時間 ①午前11時～正午②午後1時～2時

会場 住友金属鉾山アリーナ青梅第3会議室

対象 小学生以上※ろう者、聴者不問

講師 人形劇俳優 やなせけいこ氏

定員 各回先着30人(予約制)

申し込み 専用フォーム(2次元コード)から



住友金属鉾山アリーナ青梅

令和6年度第3期パートナーズスクール

問 住友金属鉾山アリーナ青梅☎24-7721



日程 10月1日(火)～12月28日(土)

会場 住友金属鉾山アリーナ青梅

申し込み 9月16日の午前9時(混雑状況により受付時間を早める可能性あり)から所定の申込用紙に記入し、費用を添えて直接住友金属鉾山アリーナ青梅へ※代理人の申し込みは2人まで可▷電話での申し込み不可▷駐車場あり・有料

曜日	教室名	時間	費用
月	ママヨガ	10:00～11:00	8,000円
	ひきしめピラティス	11:15～12:15	
	太極拳	13:00～14:00	5,400円
	バドミントン	13:00～14:30	6,000円
	Jr. フットサル(年中・年長)	16:30～17:20	8,000円
	Jr. フットサル(1～3年生)	17:30～18:30	10,000円
	パワーヨガ	19:00～20:00	7,800円
火	骨盤調整ヨガ	20:15～21:15	8,400円
	運動知育(ベビークラス)	10:00～11:00	
水	手話(入門)	10:00～12:00	9,000円
木	チアダンス(小学生)	16:50～17:50	13,000円

曜日	教室名	時間	費用
金	リラックスヨガ	10:00～11:00	6,600円
	アクティブヨガ	11:15～12:15	
	ジャイロキネシス(リハビリクラス)	14:00～15:00	
	ジャイロキネシス(実践クラス)	15:15～16:15	
	ZUMBA GOLD	19:00～20:00	7,200円
	ZUMBA	20:15～21:15	
	こども英会話	16:00～17:00	
土	幼児体育	15:30～16:20	12,000円
	児童体育	16:30～17:30	
土	HIPHOP	11:15～12:15	7,200円
	ZEROエアロ	19:00～20:00	6,000円
	運動知育(5、6歳クラス)	10:00～11:00	8,400円
	運動知育(3、4歳クラス)	11:15～12:15	
	KID'S HIPHOP	10:00～11:00	