

第11回 おおた スポーツ健康 フェスタ 2024.7.20 sat. 10:00-16:00

親子で行きたい！
夏休み最初の
スポーツイベント！



- FREE 入場無料
- 予約不要
- 託児室あり
- 室内履きを必ず持参してください

スポーツ健康都市宣言

スポーツしよう
みんな心もからだも元気にしよう

スポーツ楽しもう
みんな世界の人と手をつなごう

スポーツで健康になろう
いきいき輝く笑顔いっぱいのまちにしよう

区民がスポーツを通じて健康で豊かに暮らし、
まちが賑わいと活力を増していくことを願い、
大田区をスポーツ健康都市とすることを宣言する。

平成24年6月30日 大田区

運営団体紹介

本イベントの運営は、総合型地域スポーツクラブと
大田区スポーツ推進委員協議会が担っております。

〔総合型地域スポーツクラブ〕

地域住民による運営のもと、幅広い世代の人々が、
各自の興味関心・競技レベルに合わせて、
様々なスポーツに触れる機会を提供する
「地域密着型」スポーツクラブです。
大田区では以下の11団体が活動しております。

- ・ピボットフット
- ・田園調布グリーンコミュニティ
- ・大田ウェルネスクラブ
- ・スマイルかまた
- ・ベアーズ
- ・大森フットボールクラブ
- ・ソシオ大森
- ・レスポ大森クラブ
- ・Sports Design Lab
- ・ド素人スポーツ
- ・松仙FC

もっとスポーツ！ もっと体験！

本日体験した種目は、
各団体の教室などで
体験することができます。
右記のサイトで
紹介しておりますので、
お気軽にご参加ください！



はねびん健康ポイント
対象イベント

イベントに参加して
ポイントゲットだびん♪



家族みんなで
楽しめます♪



大田区
スポーツ・文化・国際都市部スポーツ推進課
TEL: 03-5744-1441 FAX: 03-5744-1539

会場
大森スポーツセンター
〒143-0011 大田区大森本町大森本町2-2-5
・京急平和島駅より徒歩5分
・駐車場は数に限りがあるため公共交通機関をご利用ください

詳しい情報は
公式ホームページ&
InstagramでCheck!

公式ホームページ
<https://ota-sports-kenko-festa.com/>



公式Instagram
@otasports

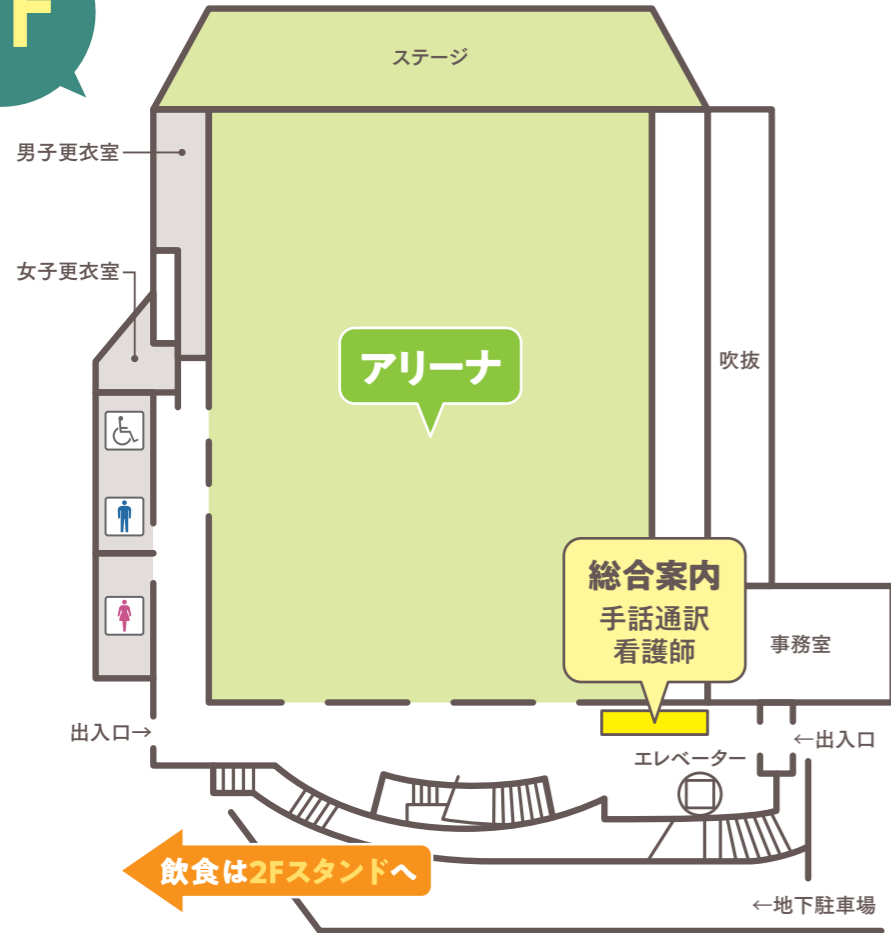


	アリーナ	体育室B	体育室C	小ホール	トレーニング ルーム
10:00	10:00 - 10:40 オープニングセレモニー	各プログラム 開始45分前に 整理券を配布			当日整理券配布 15歳以上 各回定員16名
11:00	10:45 - 12:00 宮河 マヤさん 「自宅でつくれる びとカラダの健康」		11:00 - 11:50 親子エアロビクス [対象: 親子(幼児以上)]	11:00 - 11:30 カキラ	
12:00		12:00 - 12:50 ファミリー健康体操 [対象: 親子(未就学児)]	11:00 - 13:00 スポーツビュッフェ	11:30 - 12:30 スロージョギング	12:00 - 12:45 マシン体験
13:00	13:00 - 14:00 アースフレンズ東京Z & 東京羽田ヴィッキーズ 「プロ選手による バスケットボール体験」	10:45 - 15:45 〔常設アクティビティ〕 バルクール体験 スピードランチャレンジ ボールプール ふわふわ遊具 など	12:30 - 13:00 ダブルダッチ日本代表 パフォーマンス	12:30 - 13:00 ダブルダッチ日本代表 パフォーマンス	13:00 - 13:45 マシン体験
14:00		13:00 - 13:50 姿勢体操 ～親子で一緒に 姿勢改善～ [対象: 親子(幼児以上)]		13:00 - 14:00 ダンス パフォーマンス	
15:00	14:30 - 15:45 熨斗谷 さくらさん 「トークショー & 新体操体験会」	14:00 - 14:50 親子ヨガ [対象: 親子(幼児以上)]	13:30 - 15:30 ダブルダッチ体験	14:00 - 14:30 健康体操 [対象: シニア]	14:00 - 14:45 マシン体験
16:00		15:00 - 15:50 親子ダンス [対象: 親子(幼児以上)]		14:30 - 15:30 講演会 「スポーツにおける 歯の役割」	



主催: 大田区 主管: おおた地域スポーツクラブネットワーク

協力: 大田区スポーツ推進委員協議会、理学療法士協会大田区支部、一般社団法人日本こどもフィットネス協会、蒲田地域リーダー育成交流会、THD、Japan/日本総合健康指導協会、一般社団法人日本スロージョギング協会、バルクール鬼ごっこオニバト、ZERO-ONEダブルダッチクラブ、明治安田生命、株式会社IS15、LOCALHEROES株式会社



アリーナ

10:00-10:40 ▶ **オープニングセレモニー**
チアリーディングやチアダンスなど
楽しい演出が盛り沢山



10:45-12:00 ▶ **〔スペシャルゲストコンテンツ 1〕**

宮河 マヤさん (フィットネスモデル/バックラインスタイリスト)

自宅でつくれる バとカラダの健康

お尻から背中にかけての
バックラインを中心に
誰でも出来て自宅でも継続出来る
トレーニングを実施。
忙しい日々の中でも
“美しく健康に過ごす”ための
ヒントが詰まったお話も伺います。



◎プロフィール

パーソナルトレーニングの指導をはじめ、イベントやセミナーを全国で開催。その他、レポーター活動やTV広告に多数出演。近年は海外でも活動の幅を広げている。

13:00-14:00 ▶ **〔スペシャルゲストコンテンツ 2〕**

アースフレンズ東京Z & 東京羽田ヴィッキーズ



**プロ選手による
バスケットボール体験!**



大田区で活動する男女の
プロバスケットチームの選手が
やさしく、丁寧に指導。

※子どもだけ、大人だけの参加もOK!

14:30-15:45 ▶ **〔スペシャルゲストコンテンツ 3〕**

熨斗谷 さくらさん (元新体操日本代表)

トークショー & 新体操体験会



大田区出身の金メダリストで
元新体操選手のトークショーと
新体操の体験会を実施。

なんと、実際に演技も披露! どうぞ期待!

常設アクティビティ

10:45-15:45 ▶

**パルクール体験
スピードランチャレンジ
ボールプール
ふわふわ遊具**

子どもの運動能力向上から
大人の予防医療としてまで
今注目のパルクールを安全に楽しく体験!
子ども達が大好きなボールプールや
ふわふわ遊具も楽しめます!



体育室 B

親子と一緒に楽しんで
親子の絆も深まるコンテンツが盛り沢山!

- 11:00-11:50 ▶ **親子エアロビクス**
[対象: 親子 (幼児以上)]
- 12:00-12:50 ▶ **ファミリー健康体操**
[対象: 親子 (未就学児)]
- 13:00-13:50 ▶ **姿育体操**
~親子で一緒に姿勢改善~
[対象: 親子 (幼児以上)]
- 14:00-14:50 ▶ **親子ヨガ**
[対象: 親子 (幼児以上)]
- 15:00-15:50 ▶ **親子ダンス**
[対象: 親子 (幼児以上)]

各プログラム
開始45分前に
整理券を配布



体育室 C

- 11:00-13:00 ▶ **スポーツビュッフェ**
ポッチャ、モルック、
スラックラインが体験できます。
- 13:30-15:30 ▶ **ダブルダッチ体験**
ダブルダッチ日本代表と一緒に体験!
大人も子どもも誰でも参加出来るので、
この機会に一度ダブルダッチの魅力に
触れてみましょう!



小ホール

老若男女がスポーツの魅力を感じられるプログラム体験や、
日本代表によるダブルダッチパフォーマンスなどがご覧頂けます。

- 11:00-11:30 ▶ **カキラ**
- 11:30-12:30 ▶ **スロージョギング**
- 12:30-13:00 ▶ **ダブルダッチ日本代表
パフォーマンス**
- 13:00-14:00 ▶ **ダンスパフォーマンス**
- 14:00-14:30 ▶ **健康体操**
[対象: シニア]
- 14:30-15:30 ▶ **講演会**
「スポーツにおける
歯の役割」



トレーニングルーム

超初心者向け!
気になるトレーニングマシンを無料体験しよう。
「使い方は?」「どこに効くの?」
専門トレーナーがお答えします。

11:00-11:45 / 12:00-12:45
13:00-13:45 / 14:00-14:45

当日整理券配布
15歳以上
各回定員16名



出店

1階 [屋内]

美容健康ゾーン

フェイシャル・ハンドマッサージ体験
アロマコンディショニング

1階 [屋外]

飲食エリア

焼きそば
唐揚げ
玉こんにゃく
ジュース・お酒 など

地下 [屋内]

健康ゾーン

血管年齢
インボディ
ベジチェック

地下 [屋外]

緑日ゾーン

キックターゲットなど
緑日のお子様がお遊べる
エリアです

※一部有料となります