

バドミントン情報

2021年10月9日(土) 13:00～17:00

北区滝野川体育館で、バドミントン無料開放が実施されます。

スポーツの秋！！

皆さん是非申し込みしてみてください。

詳しくは滝野川体育館にお問い合わせください。



問い合わせ先は2枚目で…

みんな、バドミントンへ行こう

滝野川体育館
☆秋のスポーツ☆
無料開放日

10月9日(土)開催!!

トレーニングルーム無料開放 9:00~21:15 (最終入場20:30)

対象→ 高校生以上で医師からの運動制限がない方

当日は、動きやすい服装と室内専用トレーニングシューズ、マスクをお持ちください。
初めてご利用されるお客様はスタッフから簡単にトレーニングルームの説明を行います。
トレーニング中はマスクの着用が必要となります。



テニスコート無料貸出 (事前予約制) 2時間制 (9時~17時まで貸出)

事前抽選会でコートのご予約をお願いいたします。
当日は、動きやすい服装、テニスに適したシューズをご利用ください。また、ラケットとボールはご持参ください。

【事前抽選会】

9月10日(金)北とびあ8階802会議室にて午前10時30分から抽選開始。
※感染防止対策のため抽選会は1名でご来場ください。

抽選会に関する問合せ→スポーツ支援係/TEL 03-5390-1135



弓道場無料開放 13:00~17:00 (最終入場16:30)

対象→ 弓道の段をお持ちの高校生以上、医師からの運動制限がない方

弓矢の貸出はございません。アーチェリーはできません。見学不可。
弓道場は17時までに退出してください。1階の更衣室は18時00分まで使用可能です。
※指導者はおりません。指導の必要のない有段者の方の個人練習としてご利用ください。



卓球台無料開放

1時間制 (13時~17時まで貸出)

滝野川体育館窓口にて9月15日~30日事前予約受付!!

対象→運動に制限のない小学生以上の方(但し、小中学生には保護者が必要)
卓球ラケット、ピンポン玉、運動靴をお持ちください。(スリッパや裸足でのプレイできません)
1グループ4名様以内1コマまでご予約できます。大人数でのご来場はおやめください。

バドミントンコート無料開放

1時間制 (13時~17時まで貸出)

滝野川体育館窓口にて9月15日~30日事前予約受付!!

対象→運動に制限のない小学生以上の方(但し、小中学生には保護者が必要)
バドミントンラケット、シャトル、室内専用運動靴をお持ちください。(スリッパや裸足でのプレイできません)
1グループ(4~10名様)1コマまでご予約できます。大人数でのご来場はおやめください。

☆ 北区民無料レッスン ☆

コアフォーストレーニング 20名

(当日9時~受付開始) 9:30~10:00

お腹周りの深層の筋肉を意識して、ぽっこりお腹を解消する教室です。



ボール&ストレッチ 20名

(当日10時~受付開始) 10:30~11:15

リラックスしながら骨配列を整えて美しい姿勢を目指し教室です。



開催内容のお問合せ→ 滝野川体育館03-3940-1801

※当日、体育施設窓口は通常通り9時~19時の時間帯で営業致します。また、新型コロナウイルスの感染状況次第でイベントの開催状況が変わる場合がございます。ご了承ください。