

# 豊島区立 南長崎スポーツセンター

指定管理者  
東京ドームグループ

4月13日(日)  
5月24日(土)

# 1周年 イベント

First Anniversary

1周年イベント  
開催!!

参加費無料

3月21(金)  
9:00より  
申込み開始!

電話又は受付にて

## 4月13日(日) イベント 13:00～ プールイベント

■ バルセロナオリンピック競泳金メダリストの岩崎恭子さんによる水泳教室。初心者から上級者まで無理のないレッスンを行います。

(3/21(金)～3/23(日)は豊島区在中、在勤、在学の方優先申込となります。その他の方は3/24(日)以降申込を受付します)  
受付は身内のみ複数申込可。



- 1部 小中学生  
13:00～14:30 (12:30受付開始)
  - 2部 成人(高校生以上)  
15:00～16:30 (14:30受付開始)
- 〈参加資格〉25m泳げる方

定員  
各60名  
(先着順)

## 5月24日(土) イベント 10:00～ 親子イベント企画「美姿勢!!」

■ 佐藤由里さんを講師にお招きし、親子で「美姿勢」を目指した呼吸法とストレッチ、ウォーキングを指導して頂きます! 親子参加型の内容で日常生活でも嬉しい効果が期待される呼吸法を学べます。

〈カリキュラム〉

- ・親子で呼吸法&ストレッチ(親子)
- ・姿勢/ウォーキングその他(成人カリキュラム)
- ・ボール/バランスゲーム他(子どもカリキュラム)



■ 10:00～11:30 (9:30受付開始)

- 〈参加資格〉成人(高校生以上)/子ども(小学生以上)
- 〈持ち物〉動きやすい服装/屋内シューズ



定員50組  
(100名)  
(成人のみも参加可)

【お問い合わせ先】 豊島区立南長崎スポーツセンター

# TEL.03-5988-9270

〒171-0052 豊島区南長崎4-13-5

〈開館時間〉9:00～21:30(各種お手続きは20:45まで)

交通 大江戸線落合南長崎から徒歩1分、西武池袋線東長崎から徒歩7分

