

# YOKOHAMA スポーツ レクリエーション フェスティバル2024

# 瀬谷区スポーツ協会 第15回瀬谷区 スポーツフェスタ



キャプテンわん © ゆず華・(公財)横浜市スポーツ協会



瀬谷区マスコットキャラクター セヤまる

10月27日(日)  
8:30~17:00

場所

瀬谷スポーツセンター  
南台公園グラウンド

	8:30	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	~20:50	
南台グラウンド	開会式	ゲートボール ディスクゴルフ ターゲットバードゴルフ		陸上 ストラックアウト		太極拳 サッカー						
第三体育室		エアロビ	eスポーツ体験 フレイルチェック		ジュニア チャレンジ	さわやかスポーツ				ズンバ		
トレーニング室	終日無料開放 ※トレーニング室は早朝7:30からご利用いただけます											
正面入り口横			キッチンカー営業									



キッチンカー  
も  
やって来るよ

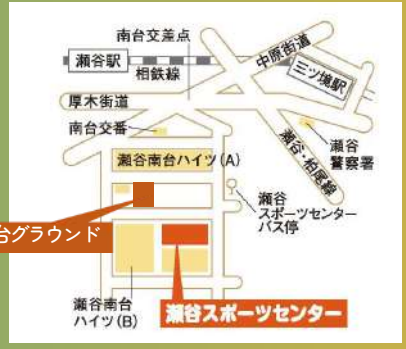


今年もやります★  
トレーニング室  
!!無料開放!!



## 横浜市瀬谷スポーツセンター

指定管理者：公益財団法人横浜市スポーツ協会  
<https://yokohama-sport.jp/seya-sc-ysa/>  
 所在地：横浜市瀬谷区南台2-4-65  
 TEL：045(302)3301  
 休館日：第2月曜日(祝日の場合は翌日)および年末年始  
 開館時間：月～土 8:45～21:00  
 日 7:15～21:00



### わくわくエアロビクス

時間	9:20~10:10	定員	40名
対象	16歳以上	料金	有料(500円)
申込方法	当日先着受付		

楽しい音楽に合わせて全身わくわくエクササイズ♪  
はじめての方も一緒に汗を流しましょう!

### eスポーツ体験

協力団体: TANOTECH株式会社

時間	10:45~12:20	定員	先着30名
対象	小学生以上	料金	無料
申込方法	当日先着受付		

無料体験できるのは今だけ!!  
3世代で最新eスポーツを体験しよう!!

### かんたんフレイルチェック・体力測定

協力団体: 株式会社マクニカ

時間	10:45~12:20	定員	20名
対象	60歳以上	料金	有料(100円)
申込方法	事前申込※定員に達していない場合、当日受付あり		

フレイルを予防して健康寿命を延ばしましょう!!  
まずは今のお身体の状態を測定してみませんか?

### ジュニアチャレンジ(特別編)

時間	12:45~13:35	定員	30名
対象	小学1~3年生	料金	有料(500円)
申込方法	事前申込※定員に達していない場合、当日受付あり		

大人気のジュニアプログラム!!  
鉄棒や跳び箱等を使って運動の基礎を  
楽しく身につける体験ができます。

### さわやかスポーツ体験

時間	13:50~15:30	定員	先着30名
対象	どなたでも	料金	無料
申込方法	当日先着受付		

様々なさわやかスポーツの体験ができます!  
子供から大人まで、どなたでもお気軽にご参加ください。

### ズンバ

時間	16:00~16:50	定員	40名
対象	16歳以上	料金	有料(500円)
申込方法	当日先着受付		

ワンダーレッスンで大人気のプログラムが  
ワンコイン(500円)で体験できます。  
さまざまな音楽に合わせて楽しくエクササイズしましょう♪

★事前申込期間★  
**9月15日(日)から**  
先着順受付

## 第15回瀬谷区スポーツフェスタ

南台グラウンド(南台公園横)にて

無料

※雨天の場合は中止させていただきます。  
瀬谷区スポーツ協会のFacebookでもご確認ください→



### ゲートボール体験

瀬谷区ゲートボール連合

時間	9:15~11:15(受付9:00~随時)		
対象	どなたでも	定員	人数制限なし

正式コートでゲートボール体験ができます。

### ディスクゴルフ体験

瀬谷区フライングディスク協会

時間	9:15~11:15(受付9:00~随時)		
対象	どなたでも	定員	人数制限なし

ゴルフボールの代わりにフライングディスクを  
使用したスポーツです。

### ターゲットバードゴルフ体験

瀬谷区ターゲットバードゴルフ協会

時間	9:15~11:15(受付9:00~随時)		
対象	どなたでも	定員	人数制限なし

羽根つきのボールをアイアンで打ちます。  
ゴルフの気分が味わえます。

### 陸上体験

瀬谷区陸上競技協会

時間	11:45~13:45(受付11:30~先着順)		
対象	どなたでも	定員	60名

50m走・立ち幅跳び・ボール投げ(アンダースロー)  
3種目の記録を測定してみよう!

### ストラックアウト体験&スピードガンで球速測定

瀬谷リトルシニア野球協会・瀬谷区ソフトボール協会

時間	11:45~13:45(受付11:30~随時)		
対象	どなたでも	定員	人数制限なし

気軽に野球体験ができるよ!!  
みんな待ってるよ~!

1

子供から  
大人まで  
1日楽しめます♪

### 太極拳教室

瀬谷区太極拳協会

時間	14:00~15:00(受付13:45~随時)		
対象	どなたでも	定員	人数制限なし

空の下で椅子に座って太極拳・入門太極拳・カンフーを  
気軽に楽しみましょう。

### サッカー体験

瀬谷区サッカー協会

時間	14:00~16:00(受付13:45~随時)		
対象	幼稚園~小学4年生	定員	人数制限なし

ボールを蹴る、走る楽しさを体験してください!



### イベント参加にあたっての注意事項

- ※定員のあるプログラムは、定員になり次第受付を締め切らせていただきます。
- ※受付時間内にお申し込みを行ってください。「〇:〇〇~随時」となっているプログラムは出入りが自由となっています。入るたびに受付を行ってください。
- ※妊娠中や疾患のある方は、必ず医師に相談の上、ご参加ください。
- ※当日、内容や時間に変更のある場合がございますのであらかじめご了承ください。
- ※屋内スポーツを実施される際には室内スポーツシューズをご準備ください。
- ※イベント中、主催者側で広報・記録用に写真を撮影致します。撮影した写真は社内外の広報(HPやSNS等)に使用する場合がございます。掲載不可の方はスタッフへお申し出ください。
- ※駐車可能台数に限りがあります。ご来場際は公共交通機関をご利用ください。

## 2027年国際園芸博覧会

**GREEN  
x  
EXPO  
2027**

YOKOHAMA JAPAN

瀬谷応援プログラム

**瀬谷区スポーツ協会**

SEYA SPORT ASSOCIATION

瀬谷区スポーツ協会は、区民の皆様のスポーツ振興と健康増進、さらにスポーツで楽しい社会を目指して活動しています。

公益財団法人  
**横浜市スポーツ協会**

YOKOHAMA SPORT ASSOCIATION

スポーツで元気な横浜!  
いつまでもスポーツが楽しめる明るく豊かな社会の実現をめざして