

# スポーツの日 感謝デー

2025.10.13 (月祝) 9:00-17:00

江戸川区総合体育館

終日無料公開

★エリアは9:00~12:00 / 13:00~16:00の2部制となります

各種無料一般公開

- プール (9:00~13:00)
- 卓球 (30分制)
- スタジオレッスン

【要認定証】

- トレーニング室
- アーチェリー
- 弓道
- エアライフル

その他

- ★ボッチャ
- ★車いす体験
- キッチンカー
- フリーマーケット
- 大抽選会 など

※イベント詳細は当館HPをご確認ください  
※内容は、一部変更となる場合がございます

井谷選手による  
走り方教室



事前  
予約

バット削り実演会



事前  
予約

着衣泳&教室体験



事前  
予約

★エンジョイアーチェリー



★フライングディスク



★スラックライン



こどもひろば



## 事前予約イベント一覧 ※お申込は右下の二次元コードよりお願いいたします

### 井谷選手による走り方教室

【時間】①10:00~11:00  
②13:00~14:00  
③15:00~16:00  
【対象】小・中学生  
【定員】各30名  
【内容】井谷選手とかけっこ教室  
なんでもQ&A、義足体験  
【持ち物】室内用シューズ・飲み物  
【申込】9/20(土)13:00~《先着》

### バット削り実演会

【時間】9:00~16:00  
【対象】木製バットをオーダー  
したい方  
【定員】各枠1名(最大6枠予定)  
【内容】クラフトマンがバットを  
削る工程を実演します!  
【料金】27,500円  
【申込】9/20(土)15:00~《先着》  
※どなたでも無料でご観覧いただけます

### 着衣泳&教室体験

【時間】14:00~17:00  
【対象】バタ足で泳げる  
小学1~6年生  
【定員】50名  
【内容】身体を浮かす着衣泳体験と  
水泳教室体験ができます!  
【持ち物】※HPをご参照ください  
【申込】9/20(土)17:00~《先着》

## 江戸川区総合体育館

指定管理者：ミズノ・スターツグループ  
江戸川区松本1-35-1 TEL：03-3653-7441

事前予約



HP



LINE



Instagram



京成バス  
「菅原橋」  
停留所より  
徒歩5分



# スポーツの日 感謝デー

# 終日無料公開

17時閉館

2025.10.13 (月祝) 9:00-17:00

江戸川区総合体育館



先着1000名

当日アンケートにお答えいただくと  
素敵な賞品が当たるくじが引けます!



2階 主競技場		【1部 9:00~12:00】	【2部 13:00~16:00】
体力測定ブース	インボディ体組成測定&握力・動体視力測定(スープリュームビジョン)・開眼片足立ち垂直跳び・長座体前屈など、ご自身の体力をチェックできます!		
体験ブース	スラックライン/フライングディスク/エンジョイアーチェリー/ポッチャ車いす&義足体験など 年齢・障害の有無に問わずお楽しみいただけます♪		
キッズコーナー	2階主競技場ロビーにてお子様のフリースペース♪(幼児スペース・乳幼児スペース) ※安全のため保護者同伴でのご利用をお願いいたします		
事前予約イベント ※詳細は申込ページよりご確認ください	井谷 俊介選手の走り方教室【無料】	パラアスリート井谷 俊介選手とかけっこ競走や質問コーナー! ※9/20(土)13:00~WEBにて事前申込(先着順) 対象:小・中学生	
	バット削り実演会&オーダー会	数多くのプロ野球選手のバットを手掛ける 吉田クラフトマンが木製バットを削る工程を実演! *観覧のみ無料 ※9/20(土)15:00~WEBにて事前申込(先着順)	

各種一般公開	どなたでも
	9:00~13:00 プール ※プールは2歳半以上でおむつがとれているお子様からご利用いただけます 幼児1名に対して20歳以上の保護者1名の同伴が必要となります 浮き輪の使用は出来ません
	9:00~17:00 卓球 ※30分交代制となります ※用具(ラケット・球)のレンタルもございます
	登録者のみ
	9:00~17:00 トレーニングルーム (※サンドバッグ室お休み)
9:00~17:00(時間区分なし) アーチェリー/弓道/エアライフル	

1階 プール		【14:00~17:00】
事前予約イベント ※詳細は申込ページよりご確認ください	着衣泳&教室体験【無料】	着衣泳で身体を浮かす体験! 簡単な水泳教室体験やプールあそびまで♪ ※9/20(土)17:00~WEBにて事前申込(先着順) 対象:バタ足で泳げる小学1~6年生

事前予約イベント  
申込はこちら



1階 スタジオ	30分前受付	時間	定員	3階 柔剣道場	30分前受付	時間	定員
ちょこっとトレーニング【チェアピクス】		9:30~10:30	40	ストレッチ&ソフトリズム		9:45~10:45	60
笑って若返り体操		10:45~12:00	20	シェイプアップトレーニング part2		11:00~12:00	60
エアロ&シェイプ		12:15~13:15	30	肩こり腰痛予防体操		13:45~14:45	60
ゆったりハタヨガ		13:30~14:30	45	※開始時間の30分前より1階受付にて整理券配布(先着順)			

中庭

**フリーマーケット** 9:00~15:00  
全28店のいろいろな出店を予定しています☆  
(※雨天中止)

**キッチンカー** 9:00~16:00  
ご飯ものからデザートまでお楽しみいただけます♪

※ちょこっとトレーニング・笑って若返り体操・エアロ&シェイプは室内履き必須(その他教室は不要)

江戸川区総合体育館指定管理者: ミスノ・スターグループ  
TEL 03-3653-7441