

特別  
イベント

公認



中野区地域スポーツクラブ

Nakatch



# 公認クラブDAY

【会場】鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ 運動広場

参加費無料

## スポコミDAY

2025年1月26日(日)

鷺宮スポーツ・コミュニティプラザで活動している各公認クラブ主催のイベントです。スポーツを楽しむきっかけ体験会です。お気軽にご参加ください。

脳と体を楽しく使う！

「ライフキネティック」体験会  
& 走り方教室

By: なかっちルースランニングクラブ

【時間】9:30～10:30 (ライフキネティック)  
10:30～12:00 (走り方教室)

【対象】小学生～大人

【場所】鷺宮運動広場

持ち物: 運動に適した服装・飲み物

日本代表トレーナーが教える、ドイツ生まれの動く脳トレ体験会です！やってみると頭の中がスッキリ！是非親子でご参加ください！

ライフキネティック体験会

→9:30に運動広場にお集まりください。

走り方教室

→当日時間内で自由に参加できます。



## ティーボール体験会

By: なかっちソフトボールクラブ

【時間】10:00～12:00

【対象】小学生～大人

【場所】鷺宮運動広場

持ち物: 運動に適した服装・飲み物



楽しみながらティーボールの基本動作をGETしましょう！！

当日時間内で自由に参加できます。



### 【申込方法】

当日、開催時間内に直接会場にお越しください

※天候不良の場合は中止となる場合がございます

お問い合わせ 鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ

☎03-3337-1771