

# はじめてのピラティス

芝生の上で、呼吸に合わせて  
身体を動かし、心身ともに  
リフレッシュしましょう

# 絵本読み聞かせ



芝生広場にて絵本の  
おはなし会

# 小学生テニス教室

グリップの握り方からテニスが初めてという  
方向けに行います。Let's challenge!



## 目白台運動公園

# スポーツフェスタ2024

## SPORTS FESTA 2024

2024

月・祝

# 10.14

8:00~16:00

**キッチンカー出店**  
有料

## スポーツ施設 無料開放!

テニスコート、フットサルコートと多目的広場が  
無料開放となります。  
利用方法などは、別途チラシをご覧ください。

※道具の貸し出しはございません。  
※限られたスペースのため、譲り合ってください。

早く走るため、また身体の  
使い方を学んでいるかな  
スポーツを楽しめるようになろう!

# 小学生走り方教室



## グラウンドゴルフ

### 体験

ゴルフの要素を取り入れたただでも楽しめる  
日本発祥のグラウンドゴルフを体験できます。



# スポーツフェスタ2024 各イベントのご案内

事前  
予約

## はじめてのピラティス体験

参加費/無料 場所/芝生広場 時間/10:30~11:30  
 定員/15名  
 申込方法/電話にて事前予約。空きがあれば当日参加可  
 持ち物/運動出来る服装、飲み物、タオル  
 ※ヨガマットはご用意します。(持参も可)  
 講師/犬塚みちる



事前  
予約

## 小学生テニス教室

参加費/無料 場所/東1テニスコート  
 時間/10:15~11:45(未経験小学1~3年生)  
 12:45~14:15(未経験小学4~6年生)  
 14:20~15:50(経験小学2~6年生)  
 定員/各回12名  
 申込方法/電話にて事前予約。  
 持ち物/運動出来る服装、テニスラケット、靴、飲み物など  
 ※ラケットレンタルあり(有料:500円)  
 講師/エフ・テニススクール



自由  
参加

## 絵本の読み聞かせ

参加費/無料 場所/芝生広場  
 時間/11:30~12:00  
 定員/なし 対象/どなたでも  
 申込方法/当日参加 協力/目白台図書館



自由  
参加

## グラウンドゴルフ体験

参加費/無料 場所/多目的広場 時間/10:00~15:00  
 定員/なし 申込方法/当日参加  
 対象/小学生以上 持ち物/運動ができる服装、飲み物など  
 協力/めじろ台グラウンドゴルフクラブ

事前  
予約

## 小学生走り方教室

参加費/無料 場所/多目的広場  
 時間/13:00~14:30 定員/15名  
 対象/小学1~3年生 申込方法/電話にて事前予約。  
 持ち物/運動出来る服装、飲み物、タオル  
 講師/柿沼 純(目白台運動公園 副所長)

事前  
予約

予約開始は9/30(月)午前9:00より  
 開始いたします。

場所/時間	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00
芝生広場		はじめてのピラティス→					←絵本の読み聞かせ		
フットサルコート	無料開放 ※要事前予約								
多目的広場	無料開放								
			グラウンドゴルフ体験(西側)						
				小学生走り方教室 →					
東テニスコート	小学生テニス教室 →		未経験低学年			未経験高学年		経験者児童	
西テニスコート	無料開放 ※要事前予約								

## スポーツ施設無料開放

事前  
予約

テニスコート(西1・西2・西3)、フットサルコート(東2・東3)、多目的広場の一部を無料開放いたします。

### ●対象・ご利用方法

テニスコート/文京区在住・在勤・在学のいずれか証明できる方  
 1グループにつき、1時間とさせていただきます。  
 フットサルコート/都内在住・在勤・在学のいずれか証明できる方  
 1グループにつき、1時間とさせていただきます。  
 多目的広場/どなたでもご利用いただけます。直接広場にご入場ください。

### ●申込方法

お電話にて事前にご予約下さい。(先着順)

### ●申込開始

令和6年9月30日(月) 午前9:00~

目白台運動公園(指定管理者:目白台運動公園共創パートナーズ)  
 〒112-0015 東京都文京区目白台1-20-2  
 TEL:03-3941-6153 FAX:03-3941-6159  
<https://www.mejirodaipark.com/>