

5/5
(祝)

★当日の「イベント」と「一般公開(中学生以下)」は無料です。

『こどもの日』無料公開



競技場

自由遊び広場

【10:00～15:00】

未就学児は保護者同伴

当日会場へ

自由遊び広場は **室内用シューズ** が必要です。忘れずに持ってきてね。



靴の裏が生ゴムか白
ノンマーキングラバー
のもの

幼児向け【遊び場サーキット】



小学生向け【卓球・バドミントン・バスケットボール】

ライフル場

ビームライフル体験

【10:00～13:00】

1回 20分

10歳以上

※室内用シューズ持参

各回4人(36人)先着順

当日会場へ



ビームライフルは(可視光線銃)を使用したスポーツです。

10m先のターゲットを狙います!



弓道場

弓道実射体験

【①9:30～10:30】

【②11:00～12:00】

中学生以上

各15人(抽選)

雨天中止

武道棟を持つ中央体育館ならではの弓道体験会を開催!

事前申込



ロビー

気仙沼物産展

【9:00～】



気仙沼の特産品を取り揃えています。



売切れ次第終了



当日会場へ

会議室

ココロもカラダも元気に! 親子でピラティス

【13:00～13:50】

5歳～小学3年生と保護者

10組(抽選)

ピラティスの動きを親子で取り組めるようにアレンジ。お互いの体に触れ合ったり、ゲームをしながら親子で体を動かして楽しめます!

事前申込



駐車場

起震車体験

【①10:00～11:00】

【②11:15～12:00】

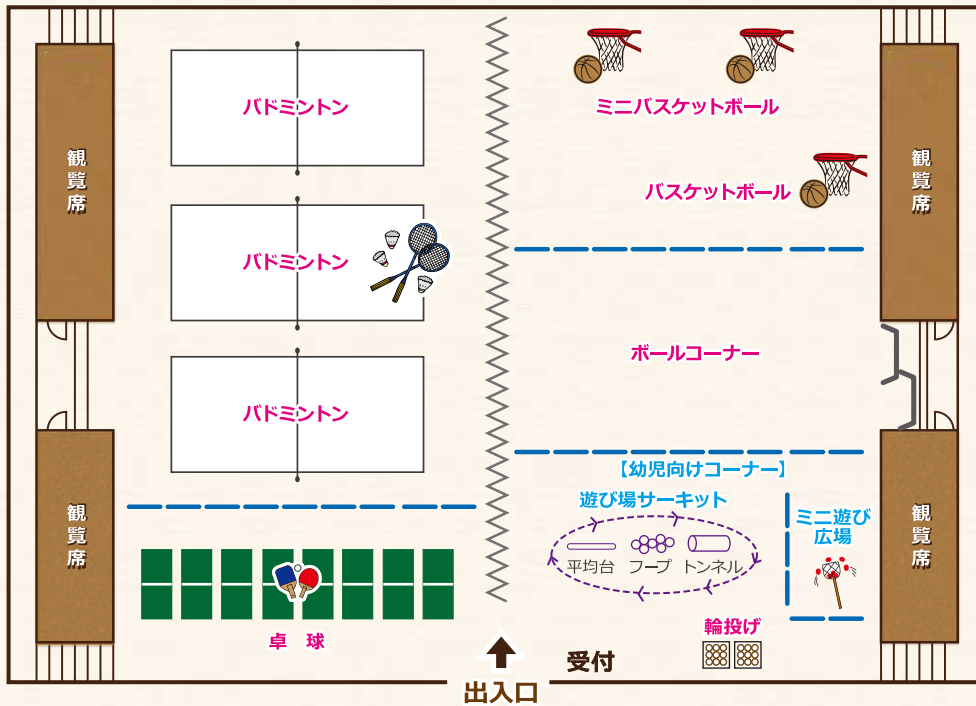
どなたでも参加可

雨天中止

当日会場へ



いつ起こるか分からない地震に備えて揺れを体験できます。



自由遊び広場「競技場」
※ご参加には室内用シューズが必要です。

中央体育館『2023 こどもの日無料公開』申込書

申込方法 ① 申込書を持参またはFAX ※複数申し込み可能（当選の場合、全て参加のこと）

申込	イベント名	対象	時間	募集期間
<input type="checkbox"/>	親子でピラティス体験	5歳～小学3年生と保護者	13:00～13:50	4/15 ～ 4/21 (必着)
<input type="checkbox"/>	弓道実射体験①	中学生以上	9:30～10:30	
<input type="checkbox"/>	弓道実射体験②	中学生以上	11:00～12:00	
氏名	■参加者 フリガナ (歳)		■親子プログラム参加の保護者 フリガナ (歳)	
	学年	■区外在住者（目黒区に在勤・在学・在園の場合は記入）		
現住所	〒 -		名称:	
連絡先	■電話①（中止の際の緊急連絡先） <input type="checkbox"/> 伝言可 <input type="checkbox"/> 伝言不可		【ご注意】	
	■電話②（①で連絡がつかない場合） <input type="checkbox"/> 伝言可 <input type="checkbox"/> 伝言不可		◆複数申し込み可（複数当選した場合、全てのご参加を前提とします）◆参加者は開催日に年齢が達していること。◆受講は参加者ご本人と保護者といたします。◆イベントの様子等を撮影した写真は広報活動などに使用する場合がございます。予めご了承ください。応募者多数の場合は抽選となります。◆ご記入の情報はイベント運営以外では使用いたしません。	

申込方法 ② 目黒区ホームページ（メール） <https://www.city.meguro.tokyo.jp/> 【イベント情報 → スポーツ】

申込方法 ③ 往復ハガキ ※締切日(4/21)必着

- 1) イベント名
- 2) 参加者氏名 [フリガナ]・年齢・学年
- 3) 保護者氏名 [フリガナ]・年齢
- 4) 現住所
- 5) 電話番号①・② ※②は①で連絡がつかない場合の連絡先
- 6) 区外在住者で目黒区に在園・在学・在勤の方は名称と所在地

受付日	受付者

当落結果について 応募者多数の場合、区民優先となります。申込書・ハガキでのお申し込みは「ハガキ」、インターネットは「メール」にて通知。

目黒区立中央体育館
〒152-0002 目黒区目黒本町 5-22-8

送信後の確認は ⇒ TEL : 03 (3714) 9591
FAX の送信は ⇒ FAX : 03 (3714) 9540

