

競技場

午前の部

室内用シューズまたはスリッパ持参

9:40～ 開会式・オープニングアトラクション

■Light Works Studio



1999年から「祐天寺」にダンススタジオを構える「Light Works Studio」の皆様によるダンス披露です。
(未就学児から高齢者まで幅広い世代の方がレッスンに通う地域に密着したアットホームなスタジオです)

10:00～ 教室・一般公開 発表会

■フラダンス教室 [大人・こども]



■バトン教室 [キッズ・ジュニア]



■「目黒区剣道連盟」による演武



■「目黒区空手道連盟」による演武



2026初春
目黒区立中央体育館
ふれあい館まつり
全館無料公開日
年に1度の「発表会」を開催します。

1/11
(日)



当日の「一般公開」は無料です！

ライフル場

12:00～15:00

ビームライフル・ピストル体験会

対象：10歳から（1回20分／先着54名）
※当日9：30からロビー受付にて整理券配布



ビーム射撃に使用する銃は光線銃です。弾はませんが競技用射撃と同じ感覚で楽しむ事ができる集中力と精神力を要求されるスポーツの一つです。

競技場

午後の部

未就学児は保護者同伴

12:00～15:40 自由遊び広場

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。



幼児向け
【ボールコーナー】



【バドミントン】

【卓球】

【ミニバスケットボール】

幼児向け
【遊び場サーキット】

幼児向け
【ミニ遊び広場】

ロビー

9:00～ 売切れ次第終了

下目黒福祉工房販売

焼き菓子



真心をこめて手作りしています。

手作り革製品

