



Park Fitness

緑豊かな公園で素晴らしい運動体験を

国営昭和記念公園は、「誰でも気軽に楽しく健康づくり」ができる環境を目指し、地元のスポーツインストラクターやボランティアの協力のもと「Park Fitness」を定期開催しています。それぞれ専門の指導者によるプログラムのため、初めての方でも安心してご体験いただけます。ぜひ取材・掲載のほどよろしくお願いいたします。

【Park Fitness】 ※予約サイトからの事前予約

9月21日(日)～10月の予定

プログラム	開催日	時間	参加費	定員(対象)	場所
チアダンス	9/21(日)、 10/19(日)	11:00～11:50	500 円	各日 20 名(4 歳～小学生)	3on3 コート
かけっこ教室	9/21(日)、 10/19(日)	10:30～12:00	3,000 円	各日 40 名(小学生)	ふれあい広場
初心者バスケット ボール教室	9/21(日)、 10/19(日)	11:00～11:50	1,000 円	各日 15 名(小学 4～6 年)	3on3 コート
ランニング基礎	9/21(日)、 10/19(日)	10:30～12:00	2,500 円	各日 20 名(中学生以上)	ふれあい広場
ニュースポーツ体験 DAY	9/21(日) 10/19(日)	10:30～14:30	無料	随時受付	7 種目各所(※1)
バランスボールヨガ	9/28(日)	14:00～15:00	1,500 円	28 名	ふれあい広場
エンジョイ! ディスクゴルフ	9/28(日)	10:30～14:30	無料	随時受付	ディスクゴルフ コース他
ツリーイング	10/5(日)	10:00～15:50 内 5 回開催	1,500 円	各回 10 名(小学生以上)	原っぱ中央売店 (チャムス) 付近
親子フットサル教室	10/5(日)	10:00～10:50	1,000 円	15 組(3 歳～6 歳の未就学児 2 名までと保護者)	フットサルコート
子どもフットサル教室	10/5(日)	11:00～12:00	1,000 円	20 名(小学 1～3 年生)	フットサルコート
パークヨガ	10/11(土)	11:00～12:00	1,000 円	100 名	みんなの原っぱ 東花畑付近
ノルディック ウォーキング	10/12(日)、 10/16(木)	10:30～12:00	1,000 円	各日 15 名	西立川ゲート集合

※入園料、駐車料金別

※1 ディスクゴルフ・ペタンク・クロッカー・ローンボウルズ・ホースシューズ・ターゲットバードゴルフはスポーツエリア、一輪車は立川口サイクルセンター横

【立川ダイスを応援しよう！キャンペーン開催】3on3 コート利用してくじ引きにチャレンジ！

園内スポーツエリア「3on3 コート」の利用促進のため、コート利用者には、アリーナ立川立飛を本拠地とするプロバスケットボールチーム「立川ダイス」の試合観戦チケットがその場で当たるくじ引きを **10 月 1 日(水)～10 月 31 日(金)** の 1 か月間開催いたします。ぜひ、ご参加ください。

※チケットがなくなり次第早期終了する場合がございます

●3on3 コートを利用の際は、スポーツ管理棟での受付が必要です(当日受付順で予約/時間指定不可)

●9:30～16:30(受付終了は 16:00) 1 時間制(使用料無料)

●ボール貸出あり 1 個 100 円、保証金 200 円が必要(用具返却時に返金)

