

SETAGAYA FUN AND SMILE SPORTS

夏休み朝活プログラム

ラジオ体操・レクリエーション・日替わりトレーニング

規則正しい生活と運動習慣を

New!

世田谷キューズガーデン

羽根木公園

世田谷公園

今年は
世田谷区内5か所で

真夏の ファンスマ!

PRESENTED BY

W.O.E

When I watched an NBA game first time, the Warriors were 20 points behind, but the Warriors came back and won the game. There was one really standout player by the name of Stephen Curry. As a child he had little skill with basketball, but through his dedicated practice and work ethic he became a superstar. That is not only for basketball, but also across his life. He is passionate about everything in his life. He has a tattoo on his arms that says "wow" which means "Working On Excellence". I was impressed with it, as I also want to do excellence, the very same as his tattoo. That's why I started my company and named it

"W.O.E = What's I TOKYO" EST.2020

大蔵運動公園

玉川野毛町公園



前年度の様子
(2024年)



Setagaya Sports
Promotion Foundation



2025 summer

規則正しい生活と運動習慣を

ラジオ体操・レクリエーション・日替わりトレーニング

本事業では、スポーツを「競技」としてだけでなく、カラダ本来の機能や運動神経・運動能力の向上を図る「活動」として取り組んでいます。今回は夏休み期間であっても、子どもたちが早起きの習慣や規則正しい生活を送り、体力・基礎運動能力の向上が図れる運動習慣が身に付くよう、夏休み朝活プログラムを実施いたします。

「朝運動すると1日が充実する」ラジオ体操の感覚をベースに、レクリエーションやスポーツを取り入れ区内スポーツ施設をフィールドに子どもたちの1日のスタートダッシュをサポートいたします。

(公財) 世田谷区スポーツ振興財団

New!

日程・定員等

対象：小学1～中学生(家族参加アリ)



総合監修
まつもり あきら
松森 亮
元サッカーU-20
日本代表



コーチ
おかべ さこ
岡部 紗季子
元体操日本代表
日本スポーツ協会公認
スポーツ指導者



ゲストサポーター
各種目のトップアスリート
SNSインフルエンサー
パフォーマーなど



コーチ
ならわ いたる
奈良輪 航
セパタクロ
日本代表



コーチ
さとう こうや
佐藤 功哉
セパタクロ
U-21
日本代表強化指定選手

参加費

全会場 **3,500 円**
(7日間・保険代込み)

会場

日程

時間

定員【抽選】 ※家族参加可能

世田谷区立 大蔵運動公園 (世田谷区大蔵 4-6-1)	7月21日(月・祝)～27日(日)	7 日間	6:30 ～7:30	40組
世田谷区立 羽根木公園 (世田谷区代田 4-38-52)	7月28日(月)～8月3日(日)		6:30 ～7:30	30組
世田谷区立 世田谷公園 (世田谷区池尻 1-5-27)	8月4日(月)～10日(日)		8:00 ～9:00	30組
世田谷区立 玉川野毛町公園 (世田谷区野毛 1-25-1)	8月11日(月・祝)～17日(日)		6:30 ～7:30	30組
世田谷 キューズガーデン (世田谷区給田 1-1-1) New!	8月18日(月)～24日(日)		6:30 ～7:30	40組

■プログラム内容

(プログラムは各会場によって異なります)

●共通プログラム ●日替わりプログラム

- ①ラジオ体操 ①ランニング
- ②レクリエーション ②体幹トレーニング
- ③ボールトレーニング
- ④アジリティトレーニング

(ラダー、ミニハードル、ステップ等のドリル)等

事業の詳細・お申し込みは

HPをご覧ください→

(公財) 世田谷区スポーツ振興財団 公式ページへ移動します



○申込締切 7月10日(木)

※抽選申込となります