

第41回  
尾山台  
地域

いっしょに  
あそぼ!



2025年

10/12(日)

9:00~16:00  
参加無料

プログラム

9:00 ~	開会式
9:10 ~ 9:20	全体準備体操(健康体操)
9:20 ~ 10:20	ポッチャ
10:20 ~ 11:10	フラ・ダンス
11:10 ~ 12:00	レクリエーションダンス
12:00 ~	尾喜楽太鼓
12:30 ~	ストラックアウト&パン食い競争
13:00 ~ 13:40	エアロビクス
13:40 ~ 14:30	フォークダンス
14:30 ~ 15:20	太極拳
15:20 ~ 16:00	尾山台中学校 吹奏楽部
16:00	閉会式



尾山台  
尾喜楽太鼓



尾山台中学校  
吹奏楽部

尾山台地域体育館

〒158-0086 東京都世田谷区尾山台 3-19-3 TEL&FAX. 03-3705-3344

主催：尾山台地域体育館運営協議会・世田谷区

上履きを持ってお越しください。 駐車場はありません。 トレーニング室は時短営業しています。



# 尾山台地域体育館ご利用のごあんない



## レギュラー教室プログラム

2025年10月より

	月	火	水	木	金	土	日(2・4週)	日	祝
9:00	エアロビクス <小4年生より> 45名まで (入場メ切り9:30)	卓球 48名まで (入場メ切り10:20)	親子体操 (2歳~) 20組まで (入場メ切り9:30)	バドミントン <小4年生より> 36名まで (入場メ切り9:20)	フラダンス (入場メ切り9:30) 10:00	健康体操 1回目9:00~9:50 メ切り9:15 2回目10:00~10:45 メ切り10:15 各40名まで	剣道 <5歳より> ※小学生以下保護者同 伴でご来館ください。 ※各剣道連盟のガイド ライン順守。 第2・4/週 11:30	団体貸出 1・3・5週	団体貸出
10:00	親子体操 (2歳~) 20組まで (入場メ切り10:50)		エアロビクス <小4年生より> 45名まで (入場メ切り10:50)		バレーボール (9人制) <小4年生より> 40名まで (入場メ切り10:45)	ショートテニス <小1年生より> ※初心者(小学生)1面を使用 ※2中級者上級者2面を使用 40名まで (入場メ切り11:45)			
11:00	フリータイム(無料開放) バドミントン2面・卓球4面								
12:00	フリータイム(無料開放) バドミントン2面・卓球4面								
13:00	フリータイム(無料開放) バドミントン2面・卓球4面								
14:00	太極拳 (入場メ切り15:10)	フォークダンス 40名まで (入場メ切り14:10)	レクリエーション ダンス (入場メ切り14:30)	ほっと スクール 『尾山台』	卓球 48名まで (入場メ切り14:20)	ひまわり運動教室 小学生 1・3・5/週 中学生 2・4/週	フラダンス 第2・4/週 (入場メ切り12:30)	団体貸出 1・3・5週	団体貸出
15:00	フリータイム(無料開放) バドミントン2面・卓球4面								
16:00	フリータイム(無料開放) バドミントン2面・卓球4面								
17:00	バスケット ボール <小3年生より> (入場メ切り17:15)	合気道 <小1年生より> 20名まで (入場メ切り17:50)	団体貸出 1・2・3・5/週 (第4週は清掃)	卓球 (初心者歓迎) 30名まで (入場メ切り17:15)	バドミントン <小4年生より> 36名まで (入場メ切り17:20)	剣道 <5歳より要相談> ※小学生以下保護者同 伴でご来館ください。 ※各剣道連盟のガイド ライン順守。	バドミントン <小4年生より> 第2・4/週 36名まで (入場メ切り17:30)	団体貸出 1・3・5週	団体貸出
18:00	フリータイム(無料開放) バドミントン2面・卓球4面								
19:00	バレーボール (主に6人制) <中学生より> 30名まで (入場メ切り18:45)	19:00 なぎなた 1・3・5週 (入場メ切り19:45)	団体貸出 1・2・3・5/週 (第4週は清掃)	バドミントン <中学生より> 36名まで (入場メ切り19:20)	バスケット ボール <中学生より> 32名まで (入場メ切り19:15)	19:00 なぎなた <小1年生より> (入場メ切り19:45)	卓球 (初心者歓迎) 第2・4/週 30名まで (入場メ切り20:00)	団体貸出 1・3・5週	団体貸出
20:00	フリータイム(無料開放) バドミントン2面・卓球4面								
21:00	フリータイム(無料開放) バドミントン2面・卓球4面								

※教室参加の方は、連絡先記載が必要になります。

※フリータイム(平日12:00~13:00無料開放)

詳細は当体育館へお問い合わせください。

★人数制限によるご注意★

月曜日のバレーボール教室への参加は抽選になります。

その他の教室は先着順とし、教室によっては整理券を配布する場合があります。

定員になり次第、締め切らせていただきます。

詳細は当体育館へお問い合わせください。

### 利用日

開館 9:00~21:00

休館 毎月第4水曜日16:00~21:00

12月29日~1月3日迄

### 利用できる方

世田谷区内に在住・在勤・在学の個人の方。

上記の方を主な構成員としている団体。

### 個人利用の教室

利用日 平日と土曜日と第2・4日曜日

利用方法 当日利用券(入館料)を購入し入館してください

◆大人 150円 ◆高齢者(65歳以上) 50円

◆子ども(~18歳) 50円 ◆障がい者 50円

### トレーニングルーム

フリーウエイト、トレーニングマシンなどで、健康維持管理からパワーアップ、スポーツトレーニングまで、利用者の希望にあわせたトレーニングが可能です。

・初回利用者は、ガイダンスの受講が必要です。

・詳しくはお問い合わせ下さい。

### フリータイム[無料]

利用時間 平日の12:00~13:00

⑨引き続き午後の種目、トレーニングルームを利用する時は利用券を  
購入してください。

### 団体利用

利用日 1・3・5日曜日及び祝日

1・2・3・5水曜日(16:00~21:00)

申込方法: けやきネットにより2ヶ月前からの申し込みとなります。  
登録団体のみ利用となります。

※けやきネットについてのお問い合わせは、

『けやきネット』サービスセンター 03-5430-0172

### 団体利用料金表

	時間	料金
日曜・祝日	9:00~13:00	9,140円
	13:00~17:00	9,960円
	17:00~21:00	13,890円
	全日	25,490円
水曜日	16:00~18:30	6,200円
	18:30~21:00	7,180円

### 利用上の注意

①運動の出来る服装、上履き用運動靴でご利用下さい。

②指導員の指示は必ず守ってください。

③幼児同伴の方は、事故防止のためご自分で幼児を保護するようお願いいたします。

④定員を超える場合は、入館出来ない場合があります。

⑤館内での撮影は、基本的に禁止しております。

⑥駐車場がありませんので、近隣のコインパーキングをご利用ください。

⑦種目によって年齢や人数、受付時間に制限がありますので、詳しくは