



YOKOHAMA

フェスティバル  
レクリエーション  
スポーツ



2024

10/6

日

9:00~16:00

緑スポーツセンター

リオオリンピック日本代表  
長谷川大悟氏

もっと速い自分に！  
オリンピックの  
かけっこ教室



もっと野球が楽しくなる！  
4度甲子園に導いた指導者による  
バッティング教室

詳細は裏面へ！

## かけっこ教室 予約制

10:00-11:00 500円 受付9:30-  
スタンダードクラス 1～6年生 先着50名  
▶走りの基礎・姿勢づくり・フォームの基本を学ぶクラス

11:30-12:30 500円 受付11:00-  
チャレンジクラス 1～6年生 先着50名  
▶スピードUPや他のスポーツにも活かせるよう  
挑戦するクラス

★両方のクラスに参加もOKです！

長谷川大悟氏  
神奈川県出身 陸上三段跳選手  
ヨコハマ・スポーツ・コンシェルジュ代表  
リオオリンピック日本代表  
ゆいスポーツクラブアドバイザー



かながわアスリートネットワークとは、県内スポーツ関係者名人やプロスポーツ選手、  
国体出場選手等により構成された、本県のスポーツ振興に貢献することを目的とする組織であり、  
長谷川氏は同ネットワークメンバーである。

## バッティング教室 予約制

14:00-15:30 500円 受付13:30-  
小学4～6年生 先着20名

▶バットの握り方・かまえ・スイングの基本を  
教わろう！初心者、これから始める方歓迎！

小森一馬氏  
指導者として4度甲子園出場に導いた経験あり



## 体験教室

定員各30名  
30分前より受付

10:00-10:50 ヨガ  
11:00-11:50 ピラティス  
13:00-13:50 エアロビクス

ALL300円のお試し価格！



## 体力測定

握力・立位体前屈等の  
基本的な体力測定！

さらに今回は以下の測定も！

- 骨密度 ●InBody測定
  - おとなの運動機能チェック
  - こどもの関節柔軟度チェック
- 協力：横浜新緑総合病院



## キッズプレイパーク

13:30-16:00  
1家族300円で遊び放題！  
未就学児とその保護者



## 工作教室 予約制 当日現金払い

協力：おもしろ科学たんけん工房

10:00-11:30 受付9:30-  
小学1～3年生 15名 500円  
くるくるリング  
ねずみの二輪車  
※2つ制作



13:00-15:00 受付12:30-  
小学4～6年生 15名 700円  
浮沈子おもちゃ



## 予約 9/10より

予約制の教室はネットによる  
事前申し込みが必要です

『かけっこ』『バッティング』は  
ネットにて事前決済が必要です  
(支払期限10/3まで)

新規申込→イベント内より  
先着順の申し込みとなります



## みどスポマルシェ

9:30～ なくなり次第終了  
地域の施設によるマルシェを開催！

出店予定  
あしたば工芸（クッキー）  
ピネル工房（アクセサリー）



他 出店交渉中...

横浜市緑スポーツセンター  
横浜市緑区中山1-29-7

TEL 045-932-0733

- 開館時間 9:00-21:00 (最終受付20:00)
- 休館日 第2月曜日(祝日の場合は翌日)  
10月は第1月曜日