

スポーツ健康都市宣言記念事業

忙しいアナタにこそスポーツを！

第10回

# おおたスポーツ健康フェスタ

2023.7.1 sat.  
9:00 - 16:00

Special Guest

福田 萌子さん

(モデル/  
スポーツトレーナー)

続けられるコツを知って  
ココロもカラダも  
スッキリしよう！



入場無料



予約不要



託児室あり



室内履きを必ず  
持参してください

会場 大田区総合体育館 (大田区東蒲田1-11-1)

(京急線梅屋敷駅より徒歩5分、京急蒲田駅より徒歩7分、JR線・東急線蒲田駅より徒歩15分)  
※駐車場は数に限りがあるため公共交通機関をご利用ください。



おおたスポーツ健康フェスタ  
公式Instagram  
@otasports



公式ホームページ

<https://ota-sports-kenko-festa.com/>

第10回おおたスポーツ健康フェスタ

検索

主催：大田区 主管：おおた地域スポーツクラブネットワーク 協力：大田区スポーツ推進委員協議会



# “日常をスポーツに!”

モデル、スポーツトラベラーとして活躍されている福田萌子さん、日常生活の動きをスポーツに変えるコツをお伝えします。一緒に身体を動かして、楽しみながら日常をスポーツに変えてみませんか?

福田さんと楽しむ3つのコンテンツ! at メインステージ

1 トークショー

2 ヨガ

3 「ながら」ウォーキング

Special Guest

福田 萌子さん  
(モデル/  
スポーツトラベラー)



## メインステージ [メインアリーナ]



### ゲストプログラム/ カキラ/かけっこ教室など

ストレッチやかけっこなど、誰でも日常をちょっと改善出来るようになるレッスンを型プログラム。気軽にご参加ください!

## スポーツビュッフェゾーン [メインアリーナ]



### スラックライン/ ボッチャなど

やればハマるスポーツの盛り合わせ! お好きなだけ楽しめる遊び放題型スポーツ体験!

## ド素人ゾーン [サブアリーナ]



### バスケットボール/ テニスなど

初心者大歓迎! 初めてだからこそ、楽しめる。一度やってみたかった団体競技・球技などを体験できます。

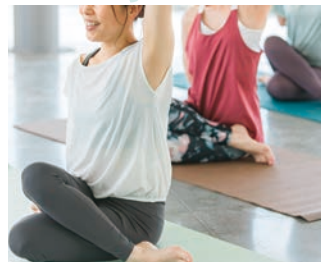
## ファミリー運動ゾーン [体育室]



### ファミリー健康体操など

親子で一緒に楽しめるプログラムが盛りだくさん。運動も、親子の時間も、一緒に楽しもう!

## ボディワークゾーン [体育室]



### ピラティス/ダンスなど

自分のカラダは自分でつくる! 楽しみながら美しいスタイルづくりができるスポーツ、はじめてみませんか?

## ヒーリングゾーン [会議室]

### 全身マッサージ

体は使うだけでなく、メンテナンスも大事。心地良い癒やしの時間でボディメンテナンス。  
※こちらのプログラムは有料になります。

## 弓道場

### 弓道体験

自身に向き合いを射る。忙しい日常から放たれる特別な時間と、思い通りに矢を放った時の快感。この機会に体験してみませんか。

普段運動していない人でも  
気軽に楽しめるプログラムが  
盛りだくさん!

他にもたくさんのスポーツが  
楽しめます!  
詳しくはHPをご覧ください。

※写真は全てイメージです

## スポーツ健康都市宣言

スポーツしよう みんな 心もからだも 元気にしよう  
スポーツ楽しもう みんな 世界の人と手をつなごう  
スポーツで健康になろう いきいき 輝く笑顔いっぱい の まちにしよう

区民がスポーツを通じて健康で豊かに暮らし、  
まちが賑わいと活力を増していくことを願い、  
大田区をスポーツ健康都市とすることを宣言する。

平成24年6月30日 大田区

## はねぴよん健康ポイント 対象イベント

イベントに参加して  
ポイントゲットだぴよん♪



大田区公式PRキャラクター

はねぴよん ©大田区

