

第11回 おおた スポーツ健康 フェスタ

2024.7.20 sat.
10:00 - 16:00

夏休み最初の
スポーツイベント！

親子で行きたい！



バラエティ豊かな
3組のゲストによる
スペシャルイベントも
開催されます！



1 宮河 マヤさん
(フィットネスモデル/
バックラインスタイリスト)
自宅でつくれる
心とカラダの健康



3 トークショー &
新体操体験会
熨斗谷 さくらさん
(元新体操日本代表)

2 アースフレンズ東京Z & 東京羽田ヴィッキーズ
親子で参加しよう！
プロ選手による
バスケットボール体験



会場

大森スポーツセンター

[大田区大森本町2-2-5]

- ・京急平和島駅より徒歩5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



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

詳しい情報は
公式ホームページ &
InstagramでCheck!

公式ホームページ
<https://ota-sports-kenko-festa.com/>



公式Instagram
@otasports





宮河 マヤさん
(フィットネスモデル/バックラインスタイリスト)

自宅でつくれるバとカラダの健康

お尻から背中にかけてのバックラインを中心に誰でも出来るトレーニングを実施。丸いお尻と引き締まった背中、姿勢改善、基礎代謝向上、そして心身の健康を手に入れましょう。自宅でも継続して出来る内容で実施いたします。普段トレーニングをしていない方でも安心してご参加ください！また、忙しい日々の中でも“美しく健康に過ごす”ためのヒントが詰まったお話も伺います。

◎プロフィール

パーソナルトレーニングの指導をはじめ、イベントやセミナーを全国で開催。その他、レポーター活動やTV広告に多数出演。近年は海外でも活動の幅を広げている。



多彩なメニューが楽しめる4つのエリア!

アリーナ



スペシャルゲストコンテンツの他、パルクール体験、ボールプールやふわふわ遊具など、子どもも楽しめるものがいっぱい!

健康体育室



幼児から小学生まで一緒にできるヨガやエアロビクス、姿勢体操や親子ダンス、未就学児と参加出来るファミリー健康体操など、親子で参加できるコンテンツが盛りだくさん。さらにダブルダッチ日本代表と一緒に出来るダブルダッチ体験など見逃せないイベントも!

トレーニングルーム



■ トレーニングマシン無料体験

やってみたかったけど最初の一步が踏み出せていない方に向けて、専門トレーナーが使い方から効果的なトレーニングまで丁寧にサポート。※15歳以上の方のみ

小ホール



ダンス発表、ダブルダッチ発表、カキラ、スロージョギング、講演会と多種のプログラムを開催します!

他にも色々なスポーツが楽しめます。公式ホームページとInstagramで詳しい情報をご覧ください

※ゲスト、パルクール、ダブルダッチ以外の写真は全てイメージです



アースフレンズ東京Z&東京羽田ヴィッキーズ 親子で参加しよう! プロ選手によるバスケットボール体験



大田区で活動する男女のプロバスケットチームの選手がやさしく、丁寧に指導。目の前でみるプロの技は一見の価値あり! 乞うご期待!
※子どもだけ、大人だけの参加もOK!

のしに 熨斗谷 さくらさん (元新体操日本代表)

トークショー & 新体操体験会

大田区出身の元新体操選手。5歳から新体操を始め、新体操日本代表「フェアリージャパン」として、2019年の世界選手権では、種目別ボールで団体史上初の金メダルを獲得、またリオ、東京五輪では2大会連続で8位入賞。2021年の現役引退後、指導者として後進の育成に尽力。当日は選手時代のお話などを伺い、新体操の体験会も行います。



楽しくおトクに健康づくり!

はねびよん健康ポイント 対象イベント



イベントに参加してポイントゲットだぜ!

大田区公式PRキャラクター
はねびよん
©大田区



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