

スポーツ関係4団体の紹介

公益社団法人練馬区スポーツ協会

☎: 5393-5420

HP: <http://nerima-sports.jp>



練馬区レクリエーション協会

練馬区グラウンド・ゴルフ協会 / 練馬区ターゲットバードゴルフ協会 / 日本テニスボール協会練馬区連盟 / ねりまラケットテニス協会 / 練馬区四半的連盟 / 練馬区インドアカ協会 / 練馬区ウォークラリー研究会 / 日本スポーツスタッキング協会
練馬区レクリエーション協会事務局 ☎: 090-3517-2021 (庄司)

ねりまSSC (総合型地域スポーツクラブ)

SSC大泉: 3921-1300 SSC光が丘: 5968-1600
SSC桜台: 090-1408-9900 SSC平和台: 5921-7800
SSC豊玉・中村: 5848-9151 SSC谷原: 3997-2500
SSC上石神井: 3929-8100



ねりまSSCホームページ

練馬区スポーツ推進委員会

私たちスポーツ推進委員会は、より多くの区民の皆様にスポーツを楽しんでいただけるよう、きっかけを作る活動をしています。

事務局: スポーツ振興課振興係 ☎: 5984-1948



練馬区スポーツ推進委員会

練馬区スポーツ情報誌

令和8年4月1日発行

ねりすぽ

第三十号

本号の主な記事
■この春、スポーツ始めませんか? (1面・4面)
■イベント・各種教室等のお知らせ (2面・3面)
■各団体の紹介 (公益社団法人練馬区スポーツ協会 / 練馬区レクリエーション協会 / ねりまSSC (総合型地域スポーツクラブ) / 練馬区スポーツ推進委員会) (4面)

発行: 練馬区地域文化部スポーツ振興課 TEL: 5984-1948
編集: 練馬区スポーツ情報誌編集委員会 ※無断転載を禁じます

この情報誌は、区民の皆様が、気軽に、楽しく、スポーツに親しむことができるよう、区内のスポーツ関係団体が協力してそれぞれの情報を持ち寄り、作成したものです。

この春、スポーツ始めませんか?

~いつでも! どこでも! 誰でも! スポーツを楽しもう~

お住いの地域や職場の近く、または通いやすい場所で、気軽にスポーツを始めてみませんか? 初心者でも安心して参加できる教室やイベント、仲間と楽しめる環境をご用意しています。このほか、各団体が開催しているイベントや教室の詳細は2・3面をご参照ください。

① ほぐレク体操

ゆっくり音楽に合わせた体操。

日時: 火曜日 16:30 ~ 17:30
土曜日 10:30 ~ 11:30

対象: 60歳以上
参加費: 500円/回
場所: 光が丘体育館・文化交流ひろば
問合せ: SSC光が丘 ☎090-5434-6261 (西村)



② デイキャンプ

光が丘公園デイキャンプ場で、薪を割り、かまどに火をおこし、大鍋でカレーを作り、飯ごうでご飯を炊き、いただきます! 昨年度は、皆で片付けた後はポッチャを楽しみました。

問合せ: スポーツ推進委員会 ☎5984-1948



ピーちゃんクラブ

子どもの筋力、持久力、柔軟性、協調性などを総合的に養います。

日時: 毎週水曜日 16:00 ~ 18:00 (学年によって時間が異なります。)
対象: 5歳~小学3年生 参加費: 3,500円/月
場所: 平和台体育館
問合せ: SSC平和台 ☎5921-7800



スラックライン教室

日時: 毎週土曜日 10:00 ~ 12:00
対象: 小学生以上
参加費: 500円/回 (会員) 1,500円/回 (ビジター)
入会金: 4,000円 (大人) 3,000円 (中学生以下)
場所: 桜台体育館
問合せ: SSC桜台 ☎090-1408-9900

ターゲットバードゴルフ

練馬総合運動場公園で和気あいあいと練習したり、おしゃべりしたり楽しんでます。手軽にできるスポーツです。
問合せ: 練馬区レクリエーション協会 練馬区ターゲットバードゴルフ協会 ☎3550-8039 (土師)



ラケットテニス

誰でも気軽にできます。区内の小学校体育館で老若男女問わず参加できます。ラケットがなくてもお貸しします。

④旭丘小: えごの木クラブ 旭丘RTクラブ
⑤開四小: かななクラブ ⑥北西小: 北町RT同好会
⑦練馬小: たけだクラブ ⑧大泉中: 感激クラブ
⑨緑小: グリーンRT同好会 ⑩石神井台小: いきいきクラブ
問合せ: 練馬区レクリエーション協会 ねりまラケットテニス協会 ☎090-9134-9811 (山田)



フラッグフットボール

日時: 金曜日 (不定期開催) 16:00 ~ 18:00
対象: 小学生 (小学1・2年生は保護者と参加可能)
参加費: 300円/人
場所: 中村南スポーツ交流センター
問合せ: SSC豊玉・中村 ☎5848-9151



グラウンド・ゴルフ

いつでも・どこでも・だれとでも・なごやかにをモットーに日々練習に励んでおります。是非一度遊びに来てみてはいかがでしょうか? お待ちしております。

問合せ: 練馬区レクリエーション協会 練馬区グラウンド・ゴルフ協会 ☎3921-4544 (安田)



Jrチアリーディングクラブ

SSC谷原のチアリーディングクラブは幼児から中学生の子どもが活動しています。チアリーディングの基礎を学びながら地域のイベントを盛り上げる演技発表をするチームから全国大会を目指して活動するチームまで5クラスあります。

参加費: 3,000円~/月
場所: 総合体育館・石神井東小他 問合せ: SSC谷原 ☎3997-2500



③ 四半的

4歳からシニアまで、どなたでも気軽に楽しめる伝統和弓「四半的(しはんまと)」お一人でもご家族と一緒にでも! 見学・体験随時募集中。

日時: 毎週金曜日 10:00 ~ 12:00
第2・4日曜日 14:00 ~ 16:00
対象: 4歳以上
場所: スタジオルミエール大泉学園 3階 Bスタジオ
問合せ: 練馬区レクリエーション協会 練馬区四半的連盟 ☎080-8858-3505 (三橋)



子ども水泳教室

日時: 毎週土曜日 9:00 ~ 9部制で開催
対象: 4歳~中学生
参加費: 6,600円/月 (別途初期費用3,700円)
場所: 大泉学園町体育館
問合せ: SSC大泉 ☎3921-1300



松風祭

テニスやミニバスケットボール体験、キックターゲットやヨガなど初めての方でも気軽に体験できます。

日時: 5月24日(日) 10:00 ~ 15:00
対象: どなたでも
参加費: 無料
会場: 石神井松の風文化公園
問合せ: 石神井松の風文化公園 ☎5372-2455



出前ポッチャ

障がいの有無や年齢を問わずに楽しめるスポーツ『ポッチャ』。私達はより多くの方に親しんでいただけるよう、区内様々な場所で活動しています。どうぞお声かけください。

問合せ: スポーツ推進委員会 ☎5984-1948



ホワイエ剣道教室

基本から昇級・段試験も目指せます。

日時: 毎週日曜日 10:00 ~ 11:45
対象: 小学生以上
参加費: 2,400円/月
場所: 上石神井体育館
問合せ: SSC上石神井 ☎3929-8100



Let's Sports

・内容は変更または中止となる場合があります。
※イベント・教室によっては、事前に申込みが必要な場合があります。詳しくはお問い合わせください。

イベントのお知らせ

 1・4面でご紹介しているイベント

4月

●ターゲットバードゴルフ春季大会・体験会
初心者コーナーがあります。
日時 4月11日(土) 10:00~12:00
会場 練馬総合運動場少年野球場 対象 どなたでも 費用 無料
問合せ 練馬区ターゲットバードゴルフ協会 TEL: 3550-8039(土音)

5月

●SSC上石神井こどもスポーツまつり
からだを動かして楽しもう! いろいろなスポーツにチャレンジしてみよう!
日時 5月6日(水・祝)
会場 上石神井体育館 対象 どなたでも(未就学児は保護者同伴)
費用 100円/人(中学生以下は無料)
問合せ SSC上石神井 TEL: 3929-8100

●少年少女野球教室
守備・投球・打撃に分かれ、それぞれ基礎から学びます。
日時 5月9日(土) 9:00~12:00
会場 石神井松の風文化公園(雨天時:管理棟2階多目的室にて講習会)
対象 小学生 費用 無料
問合せ 石神井松の風文化公園 TEL: 5372-2455

●ノルディックウォーキングin八国山緑地と史跡・北山公園巡り
ポールを持って歩くことは膝関節の負担を軽減し、腰痛防止にも効果的です。名所旧跡などを訪ねながらノルディックウォーキングをします。
日時 5月16日(土) 9:00~12:00 会場 東村山市内
対象 55歳以上 費用 1,000円(別途レンタルポール費500円)
問合せ SSC桜台 TEL: 090-1408-9900

●グラウンド・ゴルフ春季大会
初めての方、一度試してみませんか。好きになります。面白い!
日時 5月20日(水) 予備日5月22日(金) 9:00~
会場 大泉さくら運動公園 対象 グラウンド・ゴルフ愛好者 費用 会員500円
問合せ 練馬区グラウンド・ゴルフ協会 TEL: 3291-4544(安田)

●ラケットテニス春季大会
年3回行う大会の1つです。一般の方も参加できますので、ご連絡ください。
日時 5月10日(日) 9:00~16:00 会場 中村南スポーツ交流センター
対象 16歳以上 費用 会員700円、一般1,000円
問合せ ねりまラケットテニス協会 TEL: 090-9134-9811(山田)

 ●松風祭
スピードガンやテニスなど、様々なスポーツを体験できます。緑日もあるよ!
日時 5月24日(日) 10:00~15:00
会場 石神井松の風文化公園 対象 どなたでも 費用 無料
問合せ 石神井松の風文化公園 TEL: 5372-2455

6月

●ライフ・ザ・ウォーク
ウォークラリー。
日時 6月7日(日) 9:00~12:00
会場 光が丘公園 対象 どなたでも 費用 100円/人
問合せ SSC大泉 TEL: 3921-1300/FAX: 3921-1691

●ユニバーサルスポーツチャレンジ
風船バレー、卓球バレー、ポッチャ、モルック、4面卓球、スポーツ吹き矢他、楽しいユニバーサルスポーツにチャレンジ!
日時 6月7日(日) 午前の部:10:00~12:00 午後の部:13:00~15:00
会場 平和台体育館 対象 どなたでも 費用 無料
問合せ SSC平和台 TEL: 5921-7800

各種教室等のお知らせ

 1・4面でご紹介している教室等

●初心者スポーツ教室・少林拳法
日時 4月5日~19日 毎週日曜日 9:30~11:30
会場 大泉学園町体育館
対象 小学生以上 定員 20名 費用 75円
問合せ スポーツ振興事業係 TEL: 5984-1947/FAX: 5984-1228

●初心者スポーツ教室・相撲
日時 ①4月5日~19日 ②5月24日~6月7日
毎週日曜日 10:00~12:00
会場 総合体育館
対象 4歳~中学生 定員 各30名 費用 75円
問合せ スポーツ振興事業係 TEL: 5984-1947/FAX: 5984-1228

●初心者スポーツ教室・なぎなた
日時 ①6月5日・12日 金曜日 10:00~11:30
②6月19日・26日 金曜日 10:00~11:30
会場 桜台体育館 対象 15歳以上(中学生を除く)
定員 各10名 費用 50円
問合せ スポーツ振興事業係 TEL: 5984-1947/FAX: 5984-1228

●初心者スポーツ教室・弓道
日時 I期 7月28日 ①10:00~12:00
②13:00~15:00
II期 8月1日 ①13:00~15:00
②16:00~18:00
会場 総合体育館 対象 15歳以上(中学生を除く)
定員 各36名 費用 100円

●初心者水泳I・II期
日時 I期 4月16日~6月18日 14:00~21:00
II期 9月17日~11月19日 10:00~17:30
毎週水曜日
会場 I期 光が丘体育館 II期 上石神井体育館
対象 I期 14:00~16:00 65歳以上
16:00~17:30 幼児(来年4月に小学校入学予定のお子さん)
17:30~19:00 小学生
19:00~21:00 65歳未満
II期 10:00~12:00 65歳未満
13:00~15:00 65歳以上
15:00~16:30 幼児(来年4月に小学校入学予定のお子さん)

●SSC桜台スラックライン大会
レベル別スラックライン大会。元全日本チャンピオン監修。
日時 6月21日(日) 9:00~18:00
会場 桜台体育館 対象 小学生以上
費用 3,500円/人
問合せ SSC桜台 TEL: 090-1408-9900

●ウォークラリー大会
コマ図やクイズを解きながら、約2時間、グループで楽しく歩きます。
日時 6月28日(日) 9:30~13:00 会場 大泉学園周辺 勤労福祉会館近く
対象 どなたでも 費用 500円/人(小学生以下は無料)
問合せ 練馬区ウォークラリー研究会 TEL: 3925-2721(亀田)

●ソフトバレーボールT160大会
チームの合計年齢が160歳を超えることを条件にした大会です。混合部門のみを開催。1日たっぷり楽しめます。
日時 7月5日(日) 9:00~18:00
会場 上石神井体育館
対象 19歳以上(1チーム6人以下)、混合部門のみ
費用 3,000円/チーム
問合せ SSC上石神井 TEL: 3929-8100

●SSC平和台クラブまつり
子どもアスレチックス、ニュースポーツ、手作りうちわ、缶バッチ他、ファミリーで遊べるクラブイベント。
日時 7月5日(日) 午前の部:10:00~12:00 午後の部:13:00~15:00
会場 平和台体育館 対象 どなたでも 費用 無料
問合せ SSC平和台 TEL: 5921-7800

●ボールを使ってお出かけウォーキング~自然と歴史の町箱根を歩く~
バスで現地まで。2本のボールを使ってウォーキング。
日時 7月14日(火) 7:30~18:00 石神井公園駅集合解散
会場 箱根・芦ノ湖周辺(神奈川県箱根町)
対象 概ね50歳以上 費用 6,500円
問合せ SSC大泉 TEL: 3997-2500

●ジャパンオープン大会
スポーツスタッキング初心者から上級者までが集まる大会です。
日時 8月30日(日) 9:00~17:00
会場 国立青少年オリンピックセンター 対象 5歳~99歳
費用 4,400円
問合せ 日本スポーツスタッキング協会 TEL: 3995-0298(澤田)

●泳力検定会
日時 9月20日(日) 予定
会場 大泉学園町体育館 対象 週1回以上水泳の練習をしている健康な方
費用 検定料1,500円 1種目500円
問合せ SSC大泉 TEL: 3921-1300/FAX: 3921-1691


●ホワイエ親睦卓球大会
抽選ダブルス戦。みんなで交流を楽しもう!
日時 9月27日(日) 9:00~18:00
会場 上石神井体育館 対象 18歳以上 費用 1,000円/人
問合せ SSC上石神井 TEL: 3929-8100

●キッズ水泳教室
日時 毎週月曜日または火曜日 19:00~21:00
会場 大泉西中学校
対象 どなたでも
問合せ SSC大泉 TEL: 3921-1300/FAX: 3921-1691

●レッセンジョイスミング
日時 4月~6月毎週水曜日 16:00~17:00
会場 平和台体育館 対象 小学生
定員 10名 費用 12,000円(入会金3,000円)
問合せ SSC桜台 TEL: 090-1408-9900

●キッズ水泳教室
日時 毎週月曜日(第2月曜日を除く) 15:30~16:40
会場 三原台温水プール
対象 4歳~小学2年生 定員 24名

●SSC光が丘 TEL: 090-1765-2482(大熊)
初めての方、大歓迎! フレイル予防に、いつまでも健康的な身体作り!

 ●ホワイエ剣道教室
日時 毎週日曜日 10:00~11:45
会場 上石神井体育館
対象 小学生以上 定員 15名
費用 中学生以下2,400円/月、15歳以上(中学生を除く)3,000円/月、親子1組4,800円/月(中学生まで)
問合せ SSC上石神井 TEL: 3929-8100

●伝統和弓(四半的)親子教室
日時 第2(第4)日曜日 15:00~16:00
会場 スタジオ・ルニエール大泉学園 3階Bスタジオ
対象 小学生を含む親子 定員 5組
費用 全5回 3,000円/人
問合せ 練馬区四半的連盟 TEL: 080-8858-3505(三橋)

●大人の水泳教室
日時 毎週水曜日 11:00~13:00
会場 大泉学園町体育館
対象 どなたでも 定員 20名 費用 7,150円/月
問合せ SSC大泉 TEL: 3921-1300/FAX: 3921-1691

●リズム水泳教室
日時 毎週水曜日 11:00~13:00
会場 大泉学園町体育館
対象 初心者 定員 10名 費用 8,250円/月
問合せ SSC大泉 TEL: 3921-1300/FAX: 3921-1691

●大人の水泳教室
日時 毎週水曜日 19:30~21:30
会場 大泉学園町体育館
対象 初心者 定員 10名 費用 8,250円/月
問合せ SSC大泉 TEL: 3921-1300/FAX: 3921-1691

各種教室等のお知らせ

 1・4面でご紹介している教室等

●初心者スポーツ教室・キャッチバレーボール
日時 ①5月2日・9日 土曜日 16:00~18:00
②5月16日・23日 土曜日 16:00~18:00
会場 ①平和台体育館 ②大泉学園町体育館
対象 小学1~4年生
定員 各50名 費用 50円
問合せ スポーツ振興事業係 TEL: 5984-1947/FAX: 5984-1228

●初心者スポーツ教室・バドミントン
日時 5月14日~6月18日
毎週木曜日 10:00~12:00
会場 大泉学園町体育館 対象 15歳以上(中学生を除く)
定員 50名 費用 2,500円
問合せ スポーツ振興事業係 TEL: 5984-1947/FAX: 5984-1228

●初心者スポーツ教室・バスケットボール
日時 6月6日~7月11日
毎週土曜日 16:00~18:00
会場 大泉学園町体育館
対象 小学4~6年生
定員 35名 費用 150円
問合せ スポーツ振興事業係 TEL: 5984-1947/FAX: 5984-1228

●初心者スポーツ教室・ソフトテニス
日時 5月9日~30日 毎週土曜日 9:30~12:30
会場 豊玉中公園庭球場 対象 小学生以上
定員 60名 費用 500円/回
問合せ スポーツ振興事業係 TEL: 5984-1947/FAX: 5984-1228

●月曜フットサル教室
日時 毎週月曜日 16:00~17:30
会場 大泉学園町体育館
対象 5歳(来年4月に小学校入学予定のお子さん)以上
定員 40名 費用 5,390円/月
問合せ SSC大泉 TEL: 3921-1300/FAX: 3921-1691

●初心者スポーツ教室・体操トランポリン
日時 5月30日~6月13日 毎週土曜日
①9:30~10:15 ②10:30~11:15
会場 平和台体育館
対象 ①4・5歳 ②小学生
定員 各20名 費用 1,500円
問合せ スポーツ振興事業係 TEL: 5984-1947/FAX: 5984-1228

●健康体操教室
①バランス体操 ②予防体操 ③ストレッチ教室
日時 ①第1・3月曜日 13:00~14:30
②第4月曜日 13:00~14:30
③第2・4火曜日 10:00~11:30
会場 上石神井体育館 対象 18歳以上
定員 各40名 費用 600円/回
問合せ SSC上石神井 TEL: 3929-8100

●瞑想ヨガ
日時 毎週火曜日 9:20~10:40
会場 平和台体育館 対象 18歳以上の女性
定員 20名 費用 4,000円/月(別途年会費あり)
問合せ SSC平和台 TEL: 5921-7800

●健康フラダンス教室
日時 毎週火曜日 9:30~11:00
会場 光が丘体育館 会議室
対象 18歳以上 定員 40名
費用 3,500円/月(入会金1,000円)
問合せ SSC光が丘 TEL: 090-4745-8498(太田)

●よさこいクラブ(華鼓舞はなこまい)
日時 毎週火曜日 18:00~20:00

●初心者スポーツ教室・ローラースケート
日時 4月5日~19日
毎週日曜日 10:00~12:00
会場 総合体育館
対象 5歳以上 定員 100名 費用 75円
問合せ スポーツ振興事業係 TEL: 5984-1947/FAX: 5984-1228

●キッズレスリングクラブ
日時 ①毎週火曜日 16:00~18:00
②毎週土曜日 13:00~15:30
会場 総合体育館
対象 3歳~中学生 定員 各30名
費用 3,000円/月(入会金1,000円、年会費2,000円)
問合せ SSC大泉 TEL: 3997-2500

●ちびっこ運動広場 ①体育塾②コーディネーション
日時 ①毎週火曜日 16:10~17:45
②毎週土曜日 13:00~15:15
会場 ①光が丘体育館 ②光が丘体育館・光が丘第三中学校
対象 5歳~小学生
定員 各30名 費用 5,000円/月
問合せ SSC光が丘 TEL: 080-1378-2908(柏木)

●エアートランポリン教室
日時 毎週火曜日 ①19:00~19:55
②20:05~21:00
会場 桜台体育館 対象 6歳以上 定員 各18名

●中学生バレーボール教室 6人制女子
日時 毎週水曜日 18:30~20:30
会場 中村南スポーツ交流センター
対象 小学6年生~中学生の女子
定員 20名 費用 4,500円/月(入会金1,000円)
問合せ SSC豊玉・中村 TEL: 5848-9151
初心者から経験者までレベルに合わせた指導を行います。

●フットサル
日時 水・土曜日(月6回) 18:45~21:15
会場 光が丘体育館
対象 15歳以上(中学生は土曜日のみ参加可能)
定員 30名 費用 500円/回
問合せ SSC光が丘 TEL: 090-1765-2482(大熊)

●誰でも運動が好きになる! スポーツが苦手な人の球技教室
日時 毎月第2・4金曜日 19:30~21:00
会場 中村南スポーツ交流センター
対象 小学4年生以上(14歳以下は保護者同伴)
定員 30名 費用 2,000円/月(入会金1,000円)
問合せ SSC豊玉・中村 TEL: 5848-9151

●ビーチボールバレークラブ
日時 毎週土曜日 ①12:00~15:30
②12:30~15:30
会場 ①高松小学校 ②総合体育館
対象 18歳以上 定員 各10名
費用 900円/月(入会金1,000円、年会費3,000円)
問合せ SSC大泉 TEL: 3997-2500

●日本ティーボール協会練馬区連盟
TEL: 090-3517-2021(庄司)
親子で楽しむティーボール教室です。
●希望が丘テニス教室
日時 毎週日曜日 11:00~13:00
会場 大泉学園町希望が丘公園
対象 初級者 定員 10名 費用 6,600円/月
問合せ SSC大泉 TEL: 3921-1300/FAX: 3921-1691

●エアロ・ストレッチ&コンディショニング
日時 毎週水曜日 10:00~11:45
会場 中村南スポーツ交流センター
対象 18歳以上 定員 30名
費用 3,500円/月(入会金1,000円)
問合せ SSC豊玉・中村 TEL: 5848-9151

●シニアこそ貯筋&脳トレ
日時 毎週金曜日 14:00~15:30
会場 桜台体育館 対象 概ね55歳以上
定員 20名 費用 3,000円/月(年会費3,500円)
問合せ SSC桜台 TEL: 090-1408-9900

●スポーツ吹矢教室
日時 毎週水曜日 ①9:30~10:30 ②10:45~11:45
会場 光が丘体育館 対象 18歳以上
定員 各40名 費用 3,500円/月(入会金1,000円)
問合せ SSC光が丘 TEL: 090-4745-8498(太田)

●チアリーディング教室
日時 毎週水曜日(原則第2土曜日を除く)
①9:00~11:30
会場 中村南スポーツ交流センター

●初心者水泳I・II期
日時 毎週水曜日 10:00~12:00
会場 桜台体育館
対象 60歳以上 定員 12名
費用 3,000円/月(入会金3,500円)
問合せ SSC桜台 TEL: 090-1408-9900

●呼吸筋を鍛えて、免疫力UP、健康増進!
日時 毎週金曜日 12:30~14:00
会場 桜台体育館
対象 18歳以上(初心者・初級者向け)
定員 各24名 費用 500円/回
問合せ SSC上石神井 TEL: 3929-8100

●スラックライン
日時 毎週土曜日 10:00~12:00
会場 桜台体育館 対象 小学生以上 定員 25名
費用 500円/回(会員) 1,500円/回(ビクター)

●日本定例スポーツ
日時 毎週日曜日 9:15~11:45
(5・6月は12:45~15:15と時間変更あり)
会場 上石神井体育館
対象 どなたでも(未就学児は保護者同伴)
定員 50名
費用 15歳以上600円/回、中学生200円/回、小学生以下100円/回
問合せ SSC上石神井 TEL: 3929-8100

●ジュニアバドミントンクラブ
日時 土曜日(月3回) 13:00~15:30
会場 高松小学校
対象 小学3年生~中学生 定員 15名
費用 3,000円/月(入会金1,000円、年会費2,000円)
問合せ SSC大泉 TEL: 3997-2500

●チャレンジ!フットサル
日時 毎週土曜日 10:00~11:30
(実施しない土曜日もあり)
会場 上石神井体育館
対象 4歳以上(4歳~小学3年生は保護者と参加も可、小学生以上は1人参加も可)
定員 30名 費用 600円/回
問合せ SSC上石神井 TEL: 3929-8100

●ティーンボール教室
日時 毎月第3土曜日 9:00~12:00
会場 区内施設
対象 4歳~小学4年生のお子さんと保護者
費用 100円/人
問合せ 日本ティーボール協会練馬区連盟
TEL: 090-3517-2021(庄司)

●親子で楽しむティーボール教室です。
●希望が丘テニス教室
日時 毎週日曜日 11:00~13:00
会場 大泉学園町希望が丘公園
対象 初級者 定員 10名 費用 6,600円/月
問合せ SSC大泉 TEL: 3921-1300/FAX: 3921-1691

●シニアこそ貯筋&脳トレ
日時 毎週金曜日 14:00~15:30
会場 桜台体育館 対象 概ね55歳以上
定員 20名 費用 3,000円/月(年会費3,500円)
問合せ SSC桜台 TEL: 090-1408-9900

●スポーツ吹矢教室
日時 毎週水曜日 ①9:30~10:30 ②10:45~11:45
会場 光が丘体育館 対象 18歳以上
定員 各40名 費用 3,500円/月(入会金1,000円)
問合せ SSC光が丘 TEL: 090-4745-8498(太田)

●チアリーディング教室
日時 毎週水曜日(原則第2土曜日を除く) 10:00~11:00
会場 総合体育館
対象 3歳~小学6年生 定員 20名
費用 2,500円/月(入会金1,000円、年会費2,000円)
問合せ SSC大泉 TEL: 3997-2500

●初心者水泳I・II期
日時 毎週水曜日 10:00~12:00
会場 桜台体育館
対象 60歳以上 定員 12名
費用 3,000円/月(入会金3,500円)
問合せ SSC桜台 TEL: 090-1408-9900

●呼吸筋を鍛えて、免疫力UP、健康増進!
日時 毎週金曜日 12:30~14:00
会場 桜台体育館
対象 18歳以上(初心者・初級者向け)
定員 各24名 費用 500円/回
問合せ SSC上石神井 TEL: 3929-8100

●スラックライン
日時 毎週土曜日 10:00~12:00
会場 桜台体育館 対象 小学生以上 定員 25名
費用 500円/回(会員) 1,500円/回(ビクター)

●日本定例スポーツ
日時 毎週日曜日 9:15~11:45
(5・6月は12:45~15:15と時間変更あり)
会場 上石神井体育館
対象 どなたでも(未就学児は保護者同伴)
定員 50名
費用 15歳以上600円/回、中学生200円/回、小学生以下100円/回
問合せ SSC上石神井 TEL: 3929-8100

●親子で楽しむティーボール教室です。
●希望が丘テニス教室
日時 毎週日曜日 11:00~13:00
会場 大泉学園町希望が丘公園
対象 初級者 定員 10名 費用 6,600円/月
問合せ SSC大泉 TEL: 3921-1300/FAX: 3921-1691

●シニアこそ貯筋&脳トレ
日時 毎週金曜日 14:00~15:30
会場 桜台体育館 対象 概ね55歳以上
定員 20名 費用 3,000円/月(年会費3,500円)
問合せ SSC桜台 TEL: 090-1408-9900

●スポーツ吹矢教室
日時 毎週水曜日 ①9:30~10:30 ②10:45~11:45
会場 光が丘体育館 対象 18歳以上
定員 各40名 費用 3,500円/月(入会金1,000円)
問合せ SSC光が丘 TEL: 090-4745-8498(太田)

●チアリーディング教室
日時 毎週水曜日(原則第2土曜日を除く) 10:00~11:00
会場 中村南スポーツ交流センター