

10/13
(月・祝)

スポーツの日記念行事

体育館・温水プール終日無料開放

スポーツの日HP



スポーツの日に体育館と温水プールを無料開放します！各体育館では、だれでも気軽に楽しめるボッチャ、バドミントン、輪投げ、アクアダンスなどさまざまなスポーツが体験できます！！

※混雑状況によっては入場を制限する場合があります。

※トレーニング室の利用にはトレーニング室会員証の提示が必要です。

※一部有料（保険料）のプログラムがあります。

問合せ先：各体育館・温水プール 練馬区スポーツ振興課振興係 TEL 03-5984-1948

10/19
(日)

ねりまスポーツひろば

練馬総合運動場公園

ねりまスポーツひろば・
ねりまランタンナイトHP



10:00
↓
15:00

大人も子どもも楽しめるスポーツ体験イベント。陸上短距離走、ストラックアウト、キックターゲットなどおなじみの種目からオリンピックで話題になったフェンシングなど、様々なスポーツを体験できます。ステージでは、東京2025デフリンピック・デフ卓球日本代表の山田瑞恵選手によるトーク&デモンストレーションを行います！

※当日駐車場は利用できません。

※自転車で来場される方は係員の誘導に従って駐輪場をご利用ください。

問合せ先：練馬区スポーツ振興課事業係 TEL 03-5984-1947



山田瑞恵選手

17:50
↓
18:20

ねりまランタンナイト

練馬総合運動場公園

ランタン
申込フォーム



約1000基のLEDランタンで、練馬の夜空を照らします。東京2025デフリンピック・デフ卓球日本代表の山田瑞恵選手もセレモニーに参加して会場を盛り上げます。

申込	QRコードから申込フォームへ入り、必要事項を入力して申込 (9/11 12:00より受付開始 先着1000名限定)
参加費	無料

※ランタンの申込については、定員に達し次第受付を締め切ります。(当日観覧は申込不要)

※当日駐車場は利用できません。

※自転車で来場される方は係員の誘導に従って駐輪場をご利用ください。

問合せ先：練馬区スポーツ振興課事業係 TEL 03-5984-1947

11/3
(月・祝)

ねりすぽフェスティバル

光が丘体育館・光が丘公園けやき広場

フェスティバルHP



10:00
↓
16:00

区内スポーツ団体が連携して開催するスポーツイベントです。今年はボッチャやモルックなど、ユニバーサルスポーツやレクリエーション性の高いニュースポーツに加え、デフサッカー体験を実施。東京2025デフリンピック・デフサッカー日本代表の松元卓巳キャプテンと原口凌輔選手が来場して、皆さんと一緒に参加してくれます！

問合せ先：練馬区スポーツ振興課振興係 TEL 03-5984-1948



松元卓巳
キャプテン



原口凌輔選手

各イベントの詳細は、9月11日発行のねりま区報や区ホームページでお知らせしています。