



高津区は令和4年4月に区制50周年

Touch Takatsu! Touch Tomorrow!

～これまでの高津区に触れ、  
未来の高津区に触れる～



# この夏は/タカスポで 新たな挑戦を!

会場：高津スポーツセンター

日時：2022年7月23日(土) 15:40～  
7月24日(日) 9:20～

大人向けの

ZUMBAやピラティスも  
開催!

7/23(土)はチアや新体操など、地域で活動している  
団体の発表会もあるよ!みんなで応援しよう!

## まずはなんでもやってみよう



- ・持ち物…運動に適した服装・室内専用シューズ・タオル・飲み物
- ・応募数によっては講師判断のもと、定員を変更する場合があります。
- ・コロナの影響で中止になる場合もあります。
- ・教室開催中のけが等については応急処置までとし、けがの状態によっては傷害保険を適用します。
- ・各教室の様子を当スポーツセンターニュースやチラシ、ホームページ等に掲載することがありますのでご了承ください。



【お問い合わせ】

高津スポーツセンター ☎ 044-813-6531

〒213-0002 川崎市高津区二子 3-15-1

《受付時間》8:45~21:30 (休館日：第4月曜日・年末年始)

【HP】<http://takaspo.life>



高津スポーツセンターの  
HPにアクセスできます

夏の思い出  
つくろうよ!

# たかすぽ チャレンジカップ



開催日：7月24日(日)

## フラッグフットボール

時間 小学1年～3年  
9:20～10:30  
小学4年～6年  
10:50～12:00



場所 1階 小体育室

対象 小学生

定員 各15名

料金 300円  
(総合型スポーツクラブ会員証をご提示の  
場合は150円)

講師 金井 由明 (SELFフラッグフット講師)

運動の苦手な子でも活躍できるボールゲームです。  
学校体育でも取り入れられています。  
起源はアメリカンフットボールで「タックル」の  
代わりに、プレーヤーの両腰につけた「フラッグ」を  
とります。

車いすアメフト体験会もやるよ!

鬼ごっこ感覚で  
楽しめる  
安全なスポーツ

ドッジボールと  
似てるけど  
こんなディスク  
を投げるよ

## ドッチビー

時間 小学1年～3年  
12:45～13:45  
小学4年～6年  
14:00～15:00



場所 1階 小体育室

対象 小学生

定員 各30名

料金 300円  
(総合型スポーツクラブ会員証をご提示の  
場合は150円)

講師 石橋 典子 (SELFドッチビー講師)

ドッチビーは、ウレタン製のディスク『ドッチビー』  
を使った、ドッジボール形式のゲームです。  
とても安全で、当たってもケガをしないし、  
痛くありません。



パパやママが楽しいと、  
僕も私も  
楽しくなっちゃうよ♪

日頃運動しないパパや  
ママにもおすすめ

## 親子コーディネーション

時間 12:50～13:40

場所 2階 武道室

対象 幼児(年少・年中・年長)  
とその保護者

定員 15組30名

料金 親子ペア 500円  
(+1名の場合 200円)

講師 池谷 祐香・山本 辰美



親子で遊びながら、子どもの能力を引き出す  
コーディネーショントレーニング  
ルーキーとベテラン講師が担当します!

※お申し込み方法 7/4(月)9:00～ 電話・来館にて受付(先着順)