

## 平成28年度 「東京みんなのスポーツ塾」

日時：2016年10月29日(土)10時～12時

会場：駒沢オリンピック公園総合運動場 ウォーミングアップ場 南

「東京みんなのスポーツ塾」は東京都レクリエーション協会が、『いつでも、どこでも、誰もが気軽に楽しめるスポーツ』を合い言葉に、所属している16団体で29日(土)、30日(日)に実施されました。会場である駒沢オリンピック公園は、『東京ラーメンショー2016』が同時開催中でもあり、老若男女たくさんの方で賑わいをみせました。

トリム体操の会場にも、事前申し込みの他に、当日参加の方が7名お越しくださいました。トリム体操が全く始めての方から、教室でトリム体操を体感なさっている方、そして指導者としてトリム体操に取り組んでいる者まで、総勢90名でのスポーツ塾となりました。

トリム体操の資料が配布され、座学から始まる「東京みんなのスポーツ塾」。



トリム体操の[い・ろ・は]を、次回は是非、みなさまも学びにいらしてください。

