

平成29年度 秋冬 辻堂海浜公園イベント予定

予定が変更になる場合もございますので、詳しくは公園までお問い合わせください

	イベント名	日程	時間	場所(集合)	参加費
通年	大人と子どもの元気アップ運動クラブ	毎月第2土曜日	10:00~1時間程度 ※10月のみ第1土曜	芝生広場他	無料
	やさしいうんどう教室(湘南汐見台公園)	毎月第3日曜日	10:30~11:30	湘南汐見台公園	無料
	やさしいうんどう教室(辻堂海浜公園)	毎月第3日曜日	14:00~15:00	すこやか広場	無料
	ノルディックウォーキングで身体づくり	毎週火・金曜日	7:00~7:40	北入口	300
	つじどう寝たきりゼロ体操	毎週月曜日(第5週休み)	10:00~11:00	北入口	200
	汐見台からだ元気体操(湘南汐見台公園)	毎月第2、第4金曜日	10:00~11:00	湘南汐見台公園	200
	リフレッシュヨガ	毎月第2日曜日	9:30~10:30	南芝生広場ステージ前	300
	辻堂ローカルマーケット	毎月第2日曜日	10:00~15:00	サザン池周辺	
9月	ストラックライン体験会	9/10(日)	10:00~12:00 13:00~15:00	南芝生広場 ストラックラインエリア	300
	ユニバーサルカヌー体験会	9/17(日)、24(日)	10:30~12:25 13:00~15:40	サザン池	300
	秋のカヌースクール	9/18(月祝)	10:00~、13:00~	ジャンボプール	1,800
	THE GARDEN FESTIVAL	9/30(土)・10/1(日)	(土)10:00~16:30 (日)10:00~16:00	芝生広場	無料
10月	手づくりおもちゃ教室「レーシングカー」	10/1(日)	13:00~15:00	レクチャールーム	100
	ユニバーサルカヌー体験会	10月(毎日曜日)	10:30~12:25 13:00~15:40	サザン池	300
	おやこボール遊び教室	10/7(土)	13:00~、14:30~	南芝生広場	300
	スーパースポーツゼビオのランニング教室	10/8(日)	11:00~12:00	北芝生広場	無料
	スーパー竹とんぼ	10/8(日)	13:00~15:00	花工房	200
	ストラックライン体験会	10/8(日)	10:00~12:00 13:00~15:00	南芝生広場 ストラックラインエリア	300
	SHONAN AUTUMN FES	10/14(土)・15(日)	(土)10:00~16:00 (日)10:00~15:00	芝生広場	無料
	お花で遊ぼう・楽しもう	10/15(日)	10:30~15:30	レクチャールーム	100~300
	ユニバーサルカヌーで本気で遊ぶPart2	10/28(土)	10:00~、11:30~	サザン池	500
HUG ANIMALS	10/28(土)・29(日)	(土)10:00~16:00 (日)10:00~15:00	北芝生広場	無料	
11月	手づくりおもちゃ教室「ウグイス笛」	11/5(日)	13:00~15:00	レクチャールーム	100
	おやこボール遊び教室	11/11(土)	13:00~・14:30~	南芝生広場	300
	スーパースポーツゼビオのランニング教室	11/12(日)	11:00~12:00	北芝生広場	無料
	ポンポンボールをつくろう	11/12(日)	13:00~15:00	花工房	300
	ストラックライン体験会	11/12(日)	10:00~12:00 13:00~15:00	南芝生広場 ストラックラインエリア	300
	お花で遊ぼう・楽しもう	11/19(日)	10:30~15:30	レクチャールーム	100~300
	FLASH BUGS MEETING	11/5(日)	9:00~15:00	芝生広場他	無料

	イベント名	日程	時間	場所(集合)	参加費
12月	手づくりおもちゃ教室「くるくるレインボー」	12/3(日)	13:00~15:00	レクチャールーム	100
	スーパースポーツゼビオのランニング教室	12/10(日)	11:00~12:00	北芝生広場	無料
	ミニ凧づくり	12/10(日)	13:00~15:00	花工房	100
	スラックライン体験会	12/10(日)	10:00~12:00 13:00~15:00	南芝生広場 スラックラインエリア	300
	辻堂フリマピクニック	12/10(日)	10:00~15:00	西駐車場	
	サンタとユニバーサルカヌーで本気で遊ぶ	12/17(日)	10:00~、11:30~	サザン池	500
	お花で遊ぼう・楽しもう	12/17(日)	10:30~15:30	レクチャールーム	100~300
1月	自然探検~細胞の観察+ビーズ顕微鏡~	1/6(土)	9:30~11:30	レクチャールーム	50
	子ども凧揚げ体験	1/7(日)	10:00~15:00	芝生広場	無料
	子ども凧作り教室	1/8(月祝)	10:00~12:00	会議室、芝生広場	500
	辻堂フリマピクニック	1/14(日)	10:00~15:00	西駐車場	
2月	辻堂フリマピクニック	2/11(日)	10:00~15:00	西駐車場	
	第12回辻堂海浜公園子ども駅伝大会	2/18(日)	7:30~12:00	園路他	2,000
	湘南パン祭り	2/25(日)		芝生広場	無料
3月	辻堂フリマピクニック	3/11(日)	10:00~15:00	西駐車場	
	「のりものモビール」	3/11(日)	10:30~15:30	レクチャールーム	100
	ものづくり体験「いもの教室」	3/4(日)	10:00~、13:30~	レクチャールーム	無料
	デザイン教室 「ペーパートラックをつくろう」	3/21(水祝)	10:30~15:30	レクチャールーム	無料
	「紙コップロケット」	3/18(日)	10:00~15:00	レクチャールーム	100
	「鉄道模型の展示」	3/24(土)、25(日)	10:00~15:00	レクチャールーム	無料

トピックス

~辻堂海浜公園は、皆様の未来に繋がる健康づくりのため、地域の志ある先生方と一緒に各種プログラムを提供しております~

大人と子どもの元気アップ運動クラブ

前半/ストレッチやリズムうんどうを含めた準備体操。後半/遊びやスポーツの要素を取り入れた、楽しめる運動。スポーツクラブに入会するよりも敷居が低い、気軽な健康プログラムです。働き盛りのお父さん、お母さん、健康づくりのため、是非ご家族でこの無料プログラムをご活用下さい。お一人でも参加頂けます。うんどう苦手な方、大歓迎です。

やさしいうんどう教室

年配の方を主な対象とした、「つまづかない運動」「階段運動」「ふらつかない運動」「全身のびのび運動」など、基本のうんどうの習慣化を目指すプログラムです。この教室は、辻堂海浜公園が発祥の地で、ここで生まれ全国各地の公園に広まりました。東京都では、1回に100名近い参加者が集まるのですが、辻堂や汐見台では少人数で、のんびり開催しています。

ルディックウォーキングで身体づくり

継続は力なり。辻堂海浜公園で一番開催回数が多い、健康づくりプログラムです。週に2回朝7時から開催の為、日々の生活に組み込み易いのではないのでしょうか。運動や体操は、自己流に陥り易いもの。先生や仲間と一緒に正しいフォームで、効果的に身体を動かしましょう。

汐見台からだ元気体操(湘南汐見台公園)

辻堂海浜公園で人気の「つじどう寝たきりゼロ」体操が、名称を変えて月2回汐見台公園に登場。汐見台近隣の地域包括のうんどうプログラムと重ならない日程で実施しています。お近くの方、辻堂の週1以上で取り組みたい方などお待ちしております。