



● 小瀬スポーツ公園イベント情報

スポーツの秋！！1回参加型の教室紹介！！

秋はスポーツを楽しむのにとても気持ちが良い気候です！スポーツ協会では1回参加型のスポーツ教室を開催しております。事前の申込は必要ありませんので、お時間のある際は是非とも足を運んで気持ちよく汗を流しましょう！

ご参加の際は、教室のお時間までに各施設へお越しください。

フ レンドリーバドミントン



当日集まったメンバーでダブルス（2人対2人）の試合を行います。色々な方とペアを組み合わせながら、みんなで「明るく」「楽しく」「元気よく」バドミントンを行います！初めての方も職員がサポートしますので、すぐにみなさんと仲良くなれます！お気軽にご参加ください！

【会 場】 小瀬スポーツ公園 体育館メインアリーナ

【料 金】 550 円／1回

【日 時】 10月4日 11月1・8・22日 11時10分～12時40分

【持 物】 体育館履き、バドミントンラケット、飲物、タオル、着替え 等

※ラケットの無い方は無料でお貸しできます。



木曜日はジョギングで Night



トレーニングや健康づくりのためにスタジアムのトラックを走ってみませんか？かけっこの練習をする親子や、お仕事帰りにご友人・同僚とジョギングやウォーキングをされる方もいらっしやいます！秋の風を感じながら、昼間と違う雰囲気スタジアムを走ってみませんか？

スタジアムに職員が常駐しておりますので、直接スタジアムの窓口へお越しください。

【会 場】 小瀬スポーツ公園 JITリサイクルインクスタジアム

【料 金】 一般 280 円 高校生 140 円 中学生以下 60 円／1回

【日 時】 毎週木曜日(年内は 10 月 24 日のみお休み) 午後 5 時～10 時(最終受付 9 時)

【持 物】 ランニングシューズ、飲物、タオル、着替え 等

フ レンドリーテニス



「レッスン」と「ゲーム」の2種類が選べます。「レッスン」は主に初心者から中級者の方を対象に講師の先生からボールの打ち方等の基礎を教わり、ゲームができるよう練習していきます。「ゲーム」は当日に集まった方同士でペアを組みダブルスの試合を行います。

【会 場】 小瀬スポーツ公園 テニス場(人工芝)

【料 金】 550 円／1回

【日 時】 10月2・7・9・16・23・30日 11月11・18・25日 午前9時30分～11時

【持 物】 テニスシューズ、テニスラケット、飲物、タオル、着替え 等

エンジョイ グラウンド・ゴルフ



当日お越しいただいた方で組み分けを行い、12のホールを2ラウンド行います。天然芝のグラウンドなので気持ちよくプレーでき、大変ご好評につき週3回開催しております。

【会 場】 小瀬スポーツ公園 補助競技場(天然芝)

【料 金】 330 円／1回

【日 時】 月曜:10月7・21 日 火曜:10月 8・22・29 日 木曜:10月 3・10・17・31日
午後2時～3時30分

【持 物】 グラウンドゴルフクラブ、ボール、マーカー(目印)、飲物、タオル 等

※クラブ、ボールの無い方は無料でお貸しできます

※屋外の教室については天候により中止になる場合がありますので、不明な場合はお問い合わせをお願いします。

● 小瀬スポーツ公園施設情報

○毎日開催！「サーキットトレーニング」



武道館フィットネスセンターでは「サーキットトレーニング」を毎日開催しています。

サーキットトレーニングとは、筋トレと有酸素運動を組み合わせる行う複合的な運動方法です。短時間で効率よく筋力と持久力を鍛えることができ、体力の向上や健康の保持・増進に効果が期待できます。

※休館日がありますので予めホームページをご確認ください。

【サーキットトレーニング開催時間】 毎日 午後1時40分～2時



フィットネスセンターにはミズノスポーツサービスのスタッフが常駐しております。マシンの使い方やトレーニングのポイントについて、分かりやすく説明させていただきますので、お気軽にお越しください！

○ シルバースポーツフェスティバル

第5回グラウンド・ゴルフ大会参加者募集

グラウンド・ゴルフをととして地域での交流を深めている方やサークル等で楽しんでいる皆さん、大会に参加して県内各地の方々と交流を深めませんか？「午前」と「午後」の2部制で開催しますので、ご都合に合わせてお気軽にご参加ください。

- [開催日] 第5回 11月12日(火) ※予備日なし
[会場] JITリサイクルインク スタジアム、補助競技場
[参加料] 550円/1名
[対象] 県内在住の50歳以上の男女(定員:各部240名)
[申込方法] 所定の申し込み用紙に必要事項を記入し、小瀬スポーツ公園体育館の窓口を持参するか、郵送にてお申し込みください。申込チーム数が募集定数を超えた場合、主催者側の責任において抽選を行い、参加の可否を通知します。
[申込期間] 第5回 9月19日(木)～10月10日(木)必着
[お問合せ] 小瀬スポーツ公園体育館 〒400-0836 甲府市小瀬町 840 TEL 055-243-3112



○ 明治安田生命J2リーグ ヴァンフォーレ甲府ホームゲーム！⚽

<会場 JITリサイクルインク スタジアム>

今シーズンのホームゲームも残すところ、あと3試合！！
スタジアムに駆けつけてヴァンフォーレ甲府を応援しよう！！

10月5日(土) 第34節 VS ファジアーノ岡山 14:00 KO
11月3日(日) 第37節 VS ブラウブリッツ秋田 14:00 KO
11月10日(日) 第38節 VS 水戸ホーリーホック 14:00 KO



※当日は駐車場の混雑が予想されますので、公共交通機関のご利用をお勧めいたします。

「食欲の秋」 ホームゲームの日は…やっぱりスタジアムグルメ！！

本協会とヴァンフォーレ甲府では、ヴァンフォーレパークを共催し、ホームゲームに併せて様々なイベントや売店を運営しております。その中でも、最も注目なのがスタジアムグルメ！！

美味しいものを食べて！飲んで！公園で遊んで！試合を観て応援して！小瀬で盛り上がりよう！

