



一日、思いっきり公園を
みなさんで楽しみませんか。

2023
10.9 月・祝

8:00~16:00

小雨決行 (天候により内容に変更が
生じることがあります。)

会場:目白台運動公園内

みんなで遊ぼう!

5 芝生の上で絵本を使った
おはなし会

絵本の読み聞かせ



6 公園内の5箇所を巡るクイズラリー。
公園に関するクイズを出題。
公園について知識を深めていただけます。

目白台運動公園 **クイズラリー**

色々なスポーツを体験しよう!

1
青空ヨガ

緑の芝生の上でヨガ体験。
初めての方も大歓迎!
青空の下、身も心もリフレッシュ!



4
**小学生
テニススクール**

グリップの握り方から
初めての方向けに指導いたします。
このチャンスにぜひトライ!



2 ナイスショット!
緑の芝生の上でブランドゴルフを体験。
**グラウンドゴルフ
体験**



3 多目的広場で直径1mの大玉を
約80m転がしてタイムを計測。
**大玉転がし
タイムトライアル**



**スポーツ施設の
無料開放**

テニスコート、フットサルコートと多目的広
場が無料開放となります。
利用方法などは裏面をご覧ください。

※道具の貸し出しはございません。各自道具などはご
持参ください。※譲り合ってください。

おいしい誘惑



7 公園での休憩にぴったりのメニューを
キッチンカーにご用意しました。

パークカフェ 有料



※詳しいイベント内容は裏面をご覧ください。

色々なスポーツを体験しよう!

① 青空ヨガ

参加費/無料 場所/芝生広場 時間/10:00~11:00
 定員/15名
 申込方法/電話にて事前予約、空きがあれば当日参加可
 持ち物/運動が出来る服装・飲物など
 (ヨガマットをご用意いたします)
 講師/Yu(IHTA公認インストラクター)

② グラウンドゴルフ体験

参加費/無料 場所/多目的広場 時間/10:00~15:00
 定員/なし 申込方法/当日参加
 対象/小学生以上 持ち物/運動が出来る服装・飲物など
 協力/めじろ台グラウンドゴルフクラブ

③ 大玉転がし タイムトライアル

参加費/無料 場所/多目的広場 時間/10:00~15:00
 定員/なし 申込方法/当日参加
 対象/どなたでも(保護者同伴可)
 持ち物/運動が出来る服装・靴・飲物など

④ 小学生テニススクール

参加費/無料 場所/東1テニスコート
 時間/10:15~11:45(未経験小学生1~3年)
 12:45~14:15(未経験小学生4~6年)
 14:20~15:50(経験小学生2~6年)
 定員/各回15名 申込方法/電話にて事前予約
 持ち物/運動が出来る服装・テニスラケット・靴・飲物など
 テニスラケットのレンタル有り(500円)
 講師/エフ・テニススクール

①・④の受付は9/25(月)9:00より開始いたします。



みんなで遊ぼう!

⑤ 絵本の読み聞かせ

参加費/無料 場所/芝生広場
 時間/11:30~12:00 定員/なし 対象/どなたでも
 申込方法/当日参加 協力/目白台図書館

⑥ 目白台運動公園 クイズラリー

参加費/無料 場所/公園内 時間/10:00~15:00
 定員/なし 対象/どなたでも
 申込方法/当日パークセンター受付



⑦ パークカフェ

カレー、ホットサンドや各種お弁当などおいしいメニューが盛りだくさん!
 場所/芝生広場 時間/10:00~16:00
 出店/㈱マイスター、ノムノムコーヒーアンドパレル

スポーツ施設無料開放

テニスコート(西1・西2・西3)、フットサルコート(東2・東3)、多目的広場の一部を無料開放いたします。

●申込方法/当日パークセンターにて受付いたします。
(開始30分前より先着順)

●対象・利用方法/
 テニスコート=文京区在住・在勤・在学のいずれか証明できる方。
 1グループ1時間とさせていただきます。

フットサルコート=都内在住・在勤・在学のいずれか証明できる方。
 1グループ1時間とさせていただきます。

多目的広場=どなたでもご利用いただけます。当日直接広場へご入場ください。

場所/時間	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	
芝生広場			①青空ヨガ	①	⑤	⑤絵本の読み聞かせ				
東2フットサルコート			無料開放							
東3フットサルコート			無料開放							
多目的広場		②グラウンドゴルフ体験	②							
		③大玉転がしタイムトライアル	③							
			無料開放							
東テニスコート		④小学生テニススクール	④			④		④		
西テニスコート			無料開放							
公園内		⑥目白台運動公園クイズラリー	⑥							

お問合せ 目白台運動公園(指定管理者:目白台運動公園パークアップ共同体)
 〒112-0015 東京都文京区目白台1-20-2
 TEL:03-3941-6153 FAX:03-3941-6159
<https://www.mezirodaipark.jp/>

