



# FUN ! SPORTS からだであそぼう

「桜美林大学スポーツフェスタ 2013」は、大人も子どもも楽しめるスポーツプログラムです。

キュウクツな都会では、のびのびと外で運動する機会も場所も少なく、こどもの五感や、からだの能力を伸ばすチャンスが失われがち。それは、大人もおなじです。

そこで今回のスポーツフェスタでは、こどもたちからだを動かす楽しさを体験してもらうため、「野球」「サッカー」「フラッグフットボール」「チアダンス」の4つのスポーツを用意しました。「投げる・打つ」「走る」「蹴る」「踊る」などの基礎的な動作はもちろんのこと、チームプレイを通じて、「頭」と「心」を育てます。そして大人向けには「ヨガ」「ウォーキング」をご用意。心とからだをリフレッシュできるスポーツで、日頃の運動不足とストレスを解消します。

そしてこれらのプログラムは、初心者も安心な優秀なインストラクターと、スポーツ部員の桜美林大学生スタッフが丁寧に指導。経験のあるなし関係なく、だれでも楽しめます。親子でも、ひとりでも、友だちとでも。朝の涼しい空気を吸いながら、おもいっきりスポーツの秋を満喫しましょう。

全部体験できるよ！どんどんチャレンジしよう！

体験参加者には  
**オリジナル  
消しゴム**  
をプレゼント！

【時間】9:30～12:00（最終受付 11:30）※雨天中止

【事前申込】不要（定員なし）【持ち物】運動のできる格好、飲み物



## 「投げて！打って！少年野球教室」

対象 **幼児** **小学生**  
講師 桜美林大学 野球部

野球教室では初めての人も、ボールを投げたり、打ったり、捕ったりして野球の楽しさを体験してみよう！大学生の野球部員が丁寧に指導します。



## 「ちびっこサッカー教室」

対象 **幼児** **小学生**  
講師 FC 町田ゼルビア

プロの選手と一緒にサッカー！FC 町田ゼルビアがサッカーの魅力をプレーを通して伝えます。みんな楽しくサッカーしましょう！「ゴール！！」



## 「チャレンジ！フラッグフットボール教室」

対象 **幼児** **小学生**  
講師 NPO法人フラッグフットボール・マネジメント・ジャパン (FMJ)、ノジマ相模原 RISE (アメリカンフットボールXリーグ)、桜美林大学 アメリカンフットボール部

アメリカで誕生した、「鬼ごっこ感覚」で楽しめる新しいスポーツ！タックルがなく安全なため、小さいこどもや女の子もプレーできます。



## 「踊ってみよう！チアダンス教室」

対象 **幼児** **小学生** **大人**  
講師 桜美林大学 ソングリーディング部 CREAM  
ノジマ相模原 RISE チア SUNS

「チアダンス」とはポンダンス・ジャズ・ヒップホップ・ラインダンス 4つの踊りを組み合わせたもの。2012年度世界チャンピオンの CREAM と、プロチームの SUNS が、踊ることの楽しさを教えます！



## 「ヨガ体験教室」

対象 **大人**  
講師 山本華子 (ミュージックフローヨガインストラクター)

アコースティックな音楽のリズムに動きを完全に合わせて、ダンスのように動くヨガです。音楽による癒しと、パワーチャージの効果でリラックス。



## 「ウォーキング体験教室」

対象 **大人**  
講師 松本歩美 (ウォーキングインストラクター)

ウォーキングは、健康増進のための身体にやさしい有酸素運動です。自律神経を整え、汗をかき体温の調整機能を高め、血流をアップさせる効果があります。是非体験してみてください。

【注意】※幼児は保護者同伴でご参加ください。※ハイヒール、パンプス等の履物でのご入場はできません。※近隣に駐車場がないため、お車でのご来場は固くお断りいたします。公共交通機関または、淵野辺駅からの無料スクールバスをご利用下さい。

当日は大学キャンパスにて、「桜美林大学祭」も行われています。是非お立ち寄りください。

アクセス：桜美林大学 桜グラウンド (人工芝)

JR 横浜線「淵野辺駅」北口より無料スクールバスで約 8 分。(時刻表は大学 HP で確認できます)

神奈中バスは北口バスターミナル 1 番乗り場から〈小山田桜台行〉または〈町田バスセンター行 (※町 29 系統)〉で約 8 分、「桜美林学園前」で下車し、町田街道を橋本方面へ進み徒歩 3 分。

お問い合わせ：桜美林大学インフォメーションセンター ☎042-797-1583 (9 時～17 時) HP : <http://www.obirin.ac.jp/>

主催：桜美林大学 **JOEBERLIN** 後援：町田市／相模原市 協力：ZELVIA **Tejima** **RISE** **FMJ**

