

10月12日(月) みんなでスポーツよう!

体育の日

当日自由に参加

参加無料

◆盛岡体育館

●バスケットフリースロー：9時～16時 ●ミニサッカーコーナー：9時～16時
●ターゲットゲーム：9時～16時
★10時から、ポップコーンの無料配布をします(定員200人)。

◆市立武道館

※各種初心者教室の対象は小学生以上
●初心者柔道教室：9時～10時半 ●初心者なぎなた教室：9時～11時半
●初心者空手教室：11時～12時半 ●初心者杖道教室：14時～17時
●キッズランド～ボールとマットで遊ぼう～
【時間】①13時～15時②15時～17時 【対象・定員】①4歳以上の未就学児20人②小学1～2年生20人
★教室の参加者へ、お菓子の無料配布をします。(中学生以下限定100人)

◆盛岡南公園園球技場

●ラグビー公開試合(観戦無料)
①岩手不惑VS仙台ゆうわく②緑生園VS盛岡消防本部【時間】①12時～13時半 ②13時半～14時半

◆市弓道場

●初心者弓道教室：10時～15時
【対象・定員】小学6年生以上10人
【その他】弓の貸し出しあり。昼食持参。



◆市立総合プール

●アクアピクス体験会(水中わんこダンス)：【時間】10時30分～11時15分
【対象・定員】水深80cm及び110cmで運動できる小学生以上50人
●スイムクリニック：【時間】①11時半～12時10分 ②12時15分～15時10分
【対象・定員】①4歳以上の未就学児10人と小学生10人 ②中学生以上各泳法20人 【内容】①未就学児は水慣れからバタ足、小学生はクロール②4泳法別レッスン【時間】自由形12:15～12:55 平泳ぎ13:00～13:40 背泳ぎ13:45～14:25 バタフライ14:30～15:10 ※開始時間15分前より受付
●キッズ体育体験会：【時間】10時～12時 【対象・定員】4歳～小学2年生20人
●ドライランド：【時間】13時～14時【対象・定員】中学生以上20人
●水球体験会：【時間】15時15分～16時【対象】小学生以上 【内容】水深150cmで実施
●プレイエリア：【時間】10時～17時【内容】エリア限定での浮島等遊具無料貸出
★10時から、ポップコーンの無料配布及び産地直送販売会を開催します。

事前に申込が必要

一部有料

◆盛岡体育館

※申し込みは全教室とも10/4(日)午前9時から盛岡体育館(TEL652-8855)で
先着順に電話か窓口で受付
●バスケットボールコート無料開放：【時間】①16時半～18時半②18時半～20時半【定員】各1団体
●フットサルコート無料開放：【時間】①16時半～18時半②18時半～20時半【定員】各1団体
●プレスコンディショニング体験教室：【時間】10時～11時半 【定員】15人
●ベビーダンス体験教室：【時間】10時～11時半 【対象・定員】首の据わった3ヶ月～18ヶ月の子と保護者(ご家族で参加できます) 20組
●親子で鉄棒・マット運動に挑戦：【時間】13時半～14時半 【対象・定員】小学1～3年生の子と保護者 20組
●体力測定室無料開放：【時間】12時～20時半【定員】1団体につき2時間まで

◆市立綱取スポーツセンター

●家族ソフトテニス大会：【時間】8時～15時【種目】夫婦、親子、兄弟姉妹の各ペアの部(注)一人一種目とする【参加料】1組1000円【申込】はがきにペアの住所と名前、年齢、電話番号、続柄、種目、経験年数を記入し、9月30日(水)までに〒020-0004山岸3-23-11、市ソフトテニス協会の吉田豊明さんへ郵送
●初心者ソフトテニス教室：【時間】9時～12時【対象】小学生以上で経験年数2年程度までの方【申込】9月30日(水)までに市ソフトテニス協会の吉田豊明さんへ

◆市立武道館

●肩こり・腰痛改善体操：13時～14時【対象】一般【申込】9月18日(金)10時から電話と窓口で受け付け

◆市立総合プール

●泳力検定会：【時間】16時～19時【内容】4泳法と個人メドレーの泳力検定(1人2種目まで)【申込】9月30日(水)までに同プール窓口で直接か、市体育協会ホームページ <http://www.morioka-talkyo.or.jp/> から申込書をダウンロードし、メールで申し込み

◆盛岡南公園園球技場

●2015サッカーカーニバル：【時間】9時～15時【内容】盛岡市内のサッカースポーツ少年団及びクラブチームによる交流試合
●盛岡タグラグビーフェスティバル：【時間】8時半～11時半【対象・定員】小・中学生100人【内容】タグラグビーの体験など【申込】任意の用紙に氏名、年齢、住所、電話番号を記入し、9/30(水)までに市ラグビーフットボール協会事務局へファクス624-4303で申し込み

★以下の施設は無料開放★

施設名	施設名	開放時間	備考
盛岡体育館	上田三 ☎652-8855	卓球台8台(※1) バドミントンコート6面(※1) トレーニング室(※2)	9:00～16:00 8:00～20:30
アイスアリーナ	本宮五 ☎658-1212	子ども遊具広場 卓球台3台	15:00～18:30 9:00～20:00
市立武道館	住吉町 ☎654-6801	トレーニング室(※2) 柔道場(※1～3)	9:00～21:00
市弓道場	加賀野四 ☎654-6801	剣道場(※1～3) 弓道場(※1, 4)	17:00～21:00 9:00～21:00
盛岡南公園園球技場	永井八 ☎632-3344	学生グラウンド(※5)	9:00～17:00
綱取スポーツセンター	浅岸字綱取 ☎651-9178	テニスコート2面(※1, 6) テニスコート8面(※1, 6)	12:00～15:00 17:00～21:00
市立総合プール	本宮五 ☎634-0450	メインプール(※7)	10:00～20:30
浜民運動公園総合体育館	玉山区川崎 ☎683-1636	トレーニングルーム(※8) 多目的ホール(卓球台)(※1) バドミントンコート1面(※1) 室内テニスコート軟式1面(※1)	9:00～21:00 9:00～17:00
アイスリンク	本宮五 ☎601-5001	スケートリンク(※9)	10:00～18:00

○各施設とも、利用するときは運動しやすい服装で、室内のときは室内用の靴を用意してください(武道館、弓道場を除く)
※1. 競技用具持参。
※2. 利用は小学生以上。
※3. 要予約。9月18日(金)10時から電話と窓口で受け付け。
※4. 利用は中学生以上。中高生は保護者同伴。
※5. 各種スポーツで利用可。芝生を傷めるものは不可。
※6. 電話予約又は当日直接現地申込
※7. 時間帯により利用できるコースが変更。
水着、水泳帽着用のこと
※8. 利用カードの発行を受けている方。
※9. スケート靴貸出有り