



なんだか
おもしろそう
行ってみよう
やってみよう



参加費
無料

10月11日(日)は
スポーツの日!
**体を動か
して健康
づくり!**
in 盛岡体育館

たのしい
おもしろい
1Fアリーナでは
スタンプラリー!
いろいろな
スポーツ(?)を
やってみよう!

2Fトレーニングルーム
無料開放
9:00~17:00
(最終受付16:00)
体組成計測(BoCA)
10:00~16:00



各種体験 参加者募集
・すくすくキッズ体操教室
・キックボクシング体験
・ボクシング体験
・子どもの運動・あそび = ACP
(アクティブチャイルドプログラム)
申込受付: 9/18(金)~
くわしくは窓口まで



(写真は昨年度のようす)



主催:(公財)盛岡市スポーツ協会(盛岡体育館)
共催:盛岡市
協力:岩手県文化スポーツ部スポーツ振興課、盛岡市ボクシング協会、仙台青葉ジム岩手支部
(一社)盛岡市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会(もりスポネット)

盛岡体育館 盛岡市上田3丁目17-60 ☎019-652-8855

事前の申込が必要な体験

どの体験も
参加費無料

お申込・お問合せは、盛岡体育館まで！

申込受付：9/18(金)10：00～（お電話か、窓口で）

盛岡体育館（盛岡市上田3丁目17-60）



019-652-8855

・すくすくキッズ 体操教室

時間：10：00～11：00

会場：3F 研修室

対象：2歳半～年少のお子さんとその保護者

定員：15組（1家族1組）

講師：岩瀬みどり先生



・キックボクシング

時間：13：00～15：00

会場：3F 体力測定室

対象：どなたでも

定員：30名程度

講師：仙台青葉ジム岩手支部



・ボクシング

時間：13：00～15：00

会場：3F 体力測定室

対象：どなたでも

定員：30名程度

講師：盛岡市ボクシング協会



・子どもの運動・遊び

ACP (アクティブ・チャイルド・プログラム)

時間：13：00～14：30

会場：1F アリーナ

対象：幼稚園年長～小学校3年生

定員：30名程度

講師：岩手県文化スポーツ部スポーツ振興課



岩手県
初開催！

【持ちもの】

うごきやすい服装で、ご参加ください。

（3密を避けるため、更衣室を利用しなくてもよいようにご準備ください）

シューズ

（すくすくキッズ体操教室はシューズ不要ですが、館内移動や1Fアリーナをご利用の際は必要となります。）

飲み物

タオル

※ 館内ではマスクの着用をお願いします。

～ 各体験の詳細は、開催要項をご確認ください。～

申込がなくても楽しめる体験 (スタンプラリー)

1Fアリーナで、いろいろなスポーツ(?)を楽しもう♪
スタンプをあつめて、参加賞ゲットだぜ!

・卓球

卓球台の色が青になったのは、
タモリの何気ない一言がきっかけ
なんだって。
(それまで台の色は、
深緑でした。)



・バドミントン

問題：次のペアの呼び方のうち、
なかまはずれはどれ？

- ・オグシオ
- ・タカマツ
- ・フクヒロ
- ・マナカナ



・ハットラグビー

帽子にラグビーボールをのせて、
落とさず進む。
前へ。
去年のあの感動を、
再び…?



・スポーツかるた

かるたには様々な
運動のお題が書かれて
います。
お題クリアで絵札を
ゲット!



・100cm走

100メートルではなく、100センチ。
いかに速く…ではなく、おそく(!)
走れるか。「走」だから、
止まったら反則。
めざせ! 史上最遅!

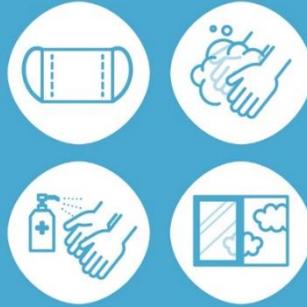


・スラックライン

最近メディアでも
話題のスラックライン。
まずはライン上で
バランスキープが
できるかな??
初級の技に挑戦しよう!



対策実施中



コロナ対策をしっかりとりながら、
スポーツを楽しもう。

ご参加いただく皆さまに、お願いします。

体育館に来る前に、検温&体調チェックを。

いつもより体温が高い、体調があまりよくない・・・
そのようなときは、無理せずからだを休めましょう。

館内では、マスクをつけましょう。

運動時に苦しさを感じたら外してもかまいませんが、
できるだけマスクの着用をお願いします。

来館時や、お帰りの際には、手指のアルコール消毒を

せっけんを使っての手洗が効果的です。
(マイタオルの持参もお忘れなく)

当日、受付時に連絡先等のご記入をお願いします。

ご記入いただいた連絡先は、盛岡体育館で保管し、
イベント終了1か月後には破棄します。