



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!



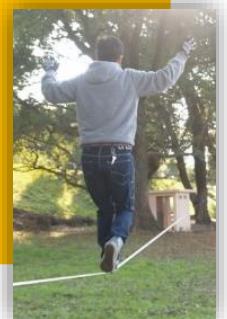
## ・100cm走

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、お願いです。

### 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。