

第29回

大野市スポーツ・レクリエーション祭

参加
無料

日時

10月11日(土) 9:00~12:00

場所

エキサイト広場・明治公園

内容

●スポーツ体験スタンプラリー ※詳細は裏面
スタンプをたくさん集めて景品をもらおう！

●体力測定コーナー

自分の体力年齢は何歳？体力年齢を測定してみよう

持ち物

内履き、タオル、飲み物 ※動きやすい服装でお越しください

小学生以下対象

スポ・レクでハロウィン！

スポーツ体験をするとお菓子がもらえるよ！

たくさんお菓子をもらおう！

小学3年生以下の方はお家の人と一緒にきてね



ヘルスウォーキング
プログラム参加者には50P進呈します

【主催】 大野市/大野市スポーツ推進委員会/大野市スポーツ協会

【問】 スポーツ推進課内 第29回スポーツ・レクリエーション祭実行委員会事務局 ☎65-5592

スポーツ体験スタンプラリー 9:00~12:00

インディアカ



羽根のついたボールを手や体で打ち、仲間と協力して相手コートに落とす、みんなで楽しく遊ぶスポーツです。

エスキーテニス

テニスのようにボールを打ち合います。軽い用具とやさしいルールで、だれでも楽しく体験できます。

バウンドテニス

3m×10mのコートで、ゴム製のボールを短いラケットで打ち合うミニテニスのようなスポーツです。



スティックリング

福井県発祥のスポーツ。スティックでパックを打ち円形のポイントゾーンに止めよう。

グラウンド・ゴルフ

専用のクラブ、ボール、スタートマットを使用してゴルフのようにボールをクラブで打ち、ホールポストを狙います。

パタンク

金属玉を投げ、目標玉に近づくほど得点が入ります。静かで戦略的な遊びの魅力がある競技です。

ビームライフル

玉の代わりにレーザーを標的装置に当てて、得点を競う競技。うまく的に当てよう！

空手道

空手の競技は「形」と「組手」があります。心と体を鍛え、仲間と礼儀を大切にするスポーツです。

合気道

相手の力を活かして崩す技を学ぶ、日本の武道です。呼吸と動きをそろえる練習を楽しみましょう。



ソフトボール



投げる・打つ・走るをみんなで協力して楽しむ球技です。誰でも楽しめる球技で、団結力が高まります。

モルック

木の棒を投げ、倒れたピンの番号で得点を競います。誰でも参加でき、盛り上がるアクティブな遊びです。

公式ワナゲ

輪を的に投げ、輪が的に載れば得点。距離・姿勢などの規定を守り、技と戦略で勝敗を競う、皆で楽しめるスポーツです。



ボッチャ

障がいのある人も楽しめる球技で、目標球(ジャック)に近づけるよう、ボールを投げたり転がしたりして競います。

e-スポーツ

パソコンやゲーム機を使って、仲間と対戦する新しい形のスポーツ。勝利を目指して協力します。



▲スポ・レク祭の詳細はこちら

体力測定コーナー テスト項目

共通: (1)握力 (2)上体起こし (3)長座体前屈
20~64歳: (4)立ち幅跳び (5)反復横とび (6)20mシャトルラン
65歳以上: (4)開眼片足立ち (5)10m障害物歩行 (6)6分間歩行

