

★お楽しみ★
抽選もあるよ!

スポーツフェスティバル2019

10/14 体育の日 月
時間 9時～17時

場所

富山県総合体育センター
富山県空港スポーツ緑地

オープニングイベント

- パレススポーツクラブによる演技発表会
第1部:チアリーディング「Bunnys」の演技
第2部:新体操「パレスRG」の演技

施設無料開放

- トレーニング室開放 ●テニスコート開放

動作分析

- フォームチェックプロジェクト
～体の動きを見てみよう～

体力測定&スポーツ相談

- 簡単! 健康体力チェック
- コンピュータ体力チェック
- トレーニング相談 ●スポーツクリニック

大会・記録会

- 水泳フリー記録会
- ちびっ子 アクティブ運動会
- ふれあいビーチボール交流会
- ビームライフル大会 ●みんなで体験水球交流会

スポーツ体験コーナー

- ビーチボール体験広場
- 体操広場
- スポーツなんでも広場
- バンジートランポリン体験
- フィットネスセミナー
- ビリヤード体験コーナー
- テニスレッスン
- アーティスティックスイミング発表会&体験セミナー



アクロヨガのポーズの一例

スポーツフェスティバル2019 イベント案内

体育の日にパレスで
さわやかな汗を!!

イベント名	開催時間	イベントの主な内容	参加方法	申込場所等
▼大アリーナ				
オープニングイベント	9:30～9:50	パレススポーツクラブの演技発表会です ※第一部 → チアリーディング「Bunnys」の演技 ※第二部 → 新体操「パレスRG」の演技	自由にご覧ください	
フォームチェックプロジェクト ～体の動きを見てみよう～	10:00～12:00 13:30～16:00	「投げる」「走る」「打つ」などのフォームを撮影し、スポーツリハビリを行う理学療法士が動作分析ソフトを使ってアドバイスします	参加自由	
ビーチボール体験広場	10:30～12:30	みんなで楽しくビーチボールを体験できる広場です 1人でもOK!!		
体操広場		鉄棒(逆上がり)やマット運動の練習が自由にできる広場です		
スポーツなんでも広場	①11:00～16:00 ②13:00～16:00	①トランポリン/ミニトランポリン/スラックラインが体験できます ②ストラックアウト/バスケットボール(フリースロー)/ダーツ/輪投にチャレンジ!		
バンジートランポリン体験	13:30～15:30	補助器具を体に取り付けることで初心者でも高くジャンプ! 宙返りにもチャレンジできる体験コーナーです ※受付は13時00分から13時30分 大アリーナ内トランポリンコーナーにて	当日申込 (先着24名)	体育センター 大アリーナ
フィットネスセミナー	①10:30～11:00 ②11:10～11:40 ③11:50～12:20	①【ピラティス】体の奥にある筋肉に働きかけるエクササイズ ②【アクロヨガ】驚きのポーズが魅力のアクロヨガ ③【ヨガ 座 禅】人気のヨガに座禅をプラス!心も体もリフレッシュ	参加自由	
お楽しみ抽選	13:00～16:00	お楽しみグッズがもらえる抽選コーナー（景品が無くなり次第終了）	抽選券配布 スタンプラリー後、受付で抽選券と交換	
▼中アリーナ				
ふれあいビーチボール交流会	9:30～15:30	気の合った仲間とチームを作りゲームを楽しむ交流会です	事前申込 ※先着30チーム	体育センター 事務室
▼小アリーナ				
チームライフル大会	①10:00～12:00 ②13:30～15:30	参加者を募集し得点を競います	参加自由	
▼スポーツラウンジ				
ビリヤード体験コーナー	①10:00～12:00 ②13:30～15:30	専門スタッフのアドバイスを受けながらビリヤードを体験できるコーナーです	参加自由	
簡単! 健康体力チェック	①10:00～12:30 ②13:30～16:00	誰でも簡単にできるテストで健康体力をチェックします		
▼トレーニング室 ※内履きシューズをご持参ください				
トレーニング室開放	9:00～17:00	トレーニング室を無料開放します	無 料 (注)小学生は保護者同伴	
トレーニング相談		目的に応じたトレーニング方法を専門スタッフがアドバイスします	参加自由	
コンピュータ体力チェック	14:00～16:00	体力測定の結果をコンピュータで診断します ※先着20名	当日申込 ※受付は13時30分まで	トレーニング室
スポーツクリニック		スポーツ障害やトレーニング方法等のスポーツに関する様々な悩みにスポーツドクターが相談に応じアドバイスします	事前申込 ※当日可	
▼50m温水プール				
水泳フリー記録会	11:00～16:00	あなたの記録を自動計時装置で計測し記録証を授与します	事前申込 ※当日可	温水プール 受付
▼飛込温水プール				
みんなで体験水球交流会	10:00～12:00	富山スイミングパレス水球チームを中心に交流試合や体験会を行う	事前申込 ※当日可	温水プール 受付
アーティスティックスイミング 発表会 & 体験セミナー	13:30～15:30	アーティスティックスイミングの初歩の演技を体験できるセミナー 発表会では選手のアーティスティックな演技をご覧ください		
▼空港スポーツ緑地陸上競技場				
ちびっ子 アクティブ運動会	10:00～16:00	「25m走」「ボール投げ」の測定や「サッカー」「野球」「鬼ごっこ」を体験できる運動会です	当日申込	陸上競技場
▼空港スポーツ緑地テニスコート				
テニスレッスン	10:00～12:00	テニス協会公認コーチが上達のコツをアドバイスします	事前申込 ※当日可	空港スポーツ緑地 管理事務所
テニスコート開放	13:00～17:00	テニスコートを無料で開放します	無 料	

お申し込み、お問い合わせ

富山県総合体育センター
富山県空港スポーツ緑地

富山市秋ヶ島183 TEL.076-429-5455
URL <http://www.sportsnet.pref.toyama.jp/member/sougou/>
富山市秋ヶ島287 TEL.076-429-7129
URL <http://smilepark.net>