

10月は、ふじのくにスポーツ推進月間

スポーツくじ

スポーツ振興くじ助成金



カラダをうごかさう!

第31回 市民スポーツ・レクリエーション祭

ニュースポーツ

ふれあいフェスタ

2024
in
makinohara

ふじっぴーも
牧之原へいこ

ムリッダー

どなたでも 参加無料

10/27日

10:00 ▶ 15:00

GasOneアリーナ牧之原

牧之原市須々木157



*雨天の場合は、中止をいたします。また、本会館にてご確認ください。

ニュースポーツ 体験コーナー 開催!

	受付開始	体験時間
午前	9:30	10:00-12:00
午後	12:30	13:00-15:00

●持ち物: 上履き・動きやすい服装

※必ず体験スタート前までに受付を済ませてください

ニュースポーツとは

ニュースポーツは、子供から高齢者までを対象に「だれもが、いつでも、どこでも、いつまでも、気軽に自由に楽しめる」スポーツとして普及しています。競い合うことよりも「楽しむ」ことが重視され、幅広い年齢層のスポーツライフを豊かにするとして注目されています。

スポーツくじ

この大会は、スポーツ振興くじ助成を受けて開催しています

体験コーナー スケジュール

午前・午後の部で下記各6項目を体験して頂きます。体験は時間制とフリーで楽しめる競技で分かれています。

🕒 午前の部 10:00~12:00

時間制



●ブローライフ

6・12・18Mの距離に的を設置し各10発を3分以内にブローし、的に入った数で得点を競う競技。

時間制



●スポレック

プラスチックのラケット、スポンジボールを使用してバドミントンコートで行うテニス。

時間制



●手のひら健康バレー

軽量ボールを指でなく、手のひらに当てて、ボールを落とさないように続けるスポーツ。

時間制



●ファミリーバドミントン

シャフトの短いラケット、黄色のスポンジ製の羽根を3人対3人で打ち合うバドミントン。

フリー



●ダーツ

持ち点を減らし相手より早く0点にすることを競い、フィニッシュはちょうど0点にするというルール。

フリー



●モルック

木の棒(モルック)を的(スキットル)に投げ点を競うフィンランド生まれの野外ゲーム。

🕒 午後の部 13:00~15:00

時間制



●バウンドテニス

ラケットテニスを原型とし、テニスと同様のルールで、狭い場所でも手軽にでき、しかも運動量も十分にあるスポーツ。

時間制



●スポーツチャンバラ

打たれてもケガをしない剣で1対1で戦い、技とスピードを競い勝敗を決めるスポーツ。

時間制



●ミニトランポウォーク

ミニトランポリン上でウォーキングすることで、効果的な有酸素運動が可能。

フリー



●フーバ

10インチのビニール製ボールでバドミントンコートを使用する4人制バレーボール。

フリー



●スポーツウエルネス吹矢

5~10m離れた円形的的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツ。

フリー



●ノルディックウォーキング

2本のボール(ストック)を使って歩行運動を補助し、運動効果をより増強したフィットネスエクササイズの一つ。

※体験項目は案内により変更になる場合もあります。予めご了承ください。

だれもが、いつでも、どこでも、いつまでも気軽に自由に楽しめる 週に1度はスポーツしよう!

主催: 静岡県 静岡県レクリエーション協会
主管: 市民スポーツ・レクリエーション振興実行委員会
後援: (公財)静岡県スポーツ協会 静岡県スポーツ振興委員連絡協議会 牧之原市教育委員会

お問い合わせ 静岡県レクリエーション協会 ☎054-295-6011

〒420-0865 静岡市葵区東草深町20-27 天野一事務所内 fax.054-295-6015

お問い合わせ 静岡県レクリエーション協会 〒420-0865 静岡市葵区東草深町20-27 天野一事務所内

☎054-295-6011 FAX 054-295-6015