

スポーツ交流健康都市宣言



平成  
29年

10/9

祝

9:30~15:00

開会式/9:00~  
受付/9:00~14:00

参加無料

体育館シューズを  
ご持参ください

ふじのくにスポーツ推進月間

※各競技によって終了時間が異なります。  
※荒天などの理由によりイベントが中止になる場合がございます。ご了承ください。

磐田市かぶと塚公園内（総合体育館・陸上競技場・弓道場）※雨天→総合体育館

楽しいスポーツ&遊びたくさんあるよ!!

- 陸上競技場 弓道場**
- ソフトバレーボール
  - ストラックアウト
  - ミニ弓道教室
  - 一輪車
  - おにごっこ
  - 体力テスト(50m走、立ち幅とび、握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、ボール投げなど)

- 総合体育館**
- トランポリン
  - バルバレー
  - フロート
  - パラバレーン
  - ふりふり30秒
  - キンボール
  - アキュラシー
  - 空き缶つみ
  - 豆つまみ皿うつし
  - 健康測定
  - バウンドテニス
  - ボクシング教室

- 公園内**
- 宝探し
  - バルーンアート
  - ノルディックウォーク

- 雨天の場合 (総合体育館)**
- トランポリン
  - バルバレー
  - フロート
  - パラバレーン
  - ふりふり30秒
  - アキュラシー
  - 空き缶つみ
  - 豆つまみ皿うつし
  - 体力テスト
  - ボクシング教室
  - バウンドテニス
  - 宝探し

**NEW 健康測定**

筋肉と脂肪の割合など自分の体について知り、今後の健康作りに役立ててみませんか?

- インボディー測定
- 血管年齢測定

子育て  
仕事に忙しい  
20代・30代対象

**NEW おにごっこ**

大人数のおにごっこを行います。みんなで楽しく走り回しましょう。

- 時間/11:45~

**ノルディックウォーク**

ノルディックウォーク未経験者、初心者対象の講座です。

- 午前の部/10:00~ (各20名)
- 午後の部/13:30~

# 会場案内図

# いわたスポレク健康フェスティバル

いろいろな種目にチャレンジしてたくさんスタンプを集めよう！  
参加賞がもらえるよ！！

## スポレクってなに？

スポーツ・レクリエーションを略して「スポレク」。遊びながら楽しく運動できるんです。参加は自由！お友達を誘って、家族みんなで、いろいろなゲームにチャレンジしてみよう！！



磐田市イメージキャラクター  
しっぺい ©磐田市



しっぺい ©磐田市

### 総合体育館

- トランポリン
- フロート
- アキュラシー
- 豆つまみ血うつし
- キンボール
- ボクシング教室
- バルバレ
- パラバルレ
- 空き缶つみ
- ふりふり30秒
- バウンドテニス
- 健康測定



## 駐車場のご案内

- 第2駐車場（かぶと塚公園の一番奥）は障がい者専用です。
- 一般の方は i プラザ東側、JA遠州中央本店、調整池をご利用下さい。

※雨天時、調整池は利用できない場合がございます。ご了承ください。

## 公共交通機関のご案内

- 磐田駅前バス乗り場②・①番ポール発車バスに乗車「加茂川」バス下車、加茂川交差点より西方向へ約600m

