

スポーツ体験



2023 子どもから高齢者までが気軽に参加できる市民参加型のスポーツイベント

体力テスト会



# たかおか スポーツDAY

《参加無料》

※ウォーキングのみ参加費300円

健康測定



## ランニング教室

定員  
50名

時間 9:15~10:45(受付8:45~)

講師 西村 顕志氏  
(アスリッシュ陸上クラブ代表)  
※100m元富山県記録保持者(10秒32)

対象 小学3~6年生

予約制



【申込開始】  
6/6(火)  
9:00~



走り方の基本を学び  
走ることを楽しもう!

# 6/18日

9:00~13:00

会場 9:00~9:10 オープニングセレモニー

東洋通信スポーツセンター他  
(高岡市民体育館)

P 駐車場案内

※駐車場は古城公園小竹藪・北口・市役所職員駐車場をご利用ください。



東洋通信スポーツセンター  
(高岡市民体育館)

## 体力テスト会

時間 10:45~13:00  
(受付10:30~)

内容 握力、上体起こし、長座体前屈、  
反復横跳び等の測定

予約制



【申込開始】  
6/6(火)9:00~

予約不要 健康測定 自分の健康度も知ろう!

時間 10:45~13:00 (受付10:30~)

内容 健康測定機器で「体組成」「血管年齢」「肌年齢」等の測定

予約不要 スポーツ体験 色々な種目を楽しく体験しよう!

時間 10:45~13:00 (受付10:30~)

内容 気軽にできるスポーツ体験コーナー

- ボッチャ
- シャフルボード
- モルック
- カローリング
- ディスゲッター
- バグー etc...

## スポーツ普及指導者講習会

時間 9:15~10:15 (受付8:45~)

講師 ノルディックウォーク公認指導員  
定塚 崇志氏(ジョーズカスポーツ)

対象 高岡市スポーツ推進委員



ノルディック  
ウォーク  
体験

予約不要 ウォーキング  
万葉線で行く新湊  
〈元気の森公園〉コース(約6km)

集合時間 8:40~  
東洋通信スポーツセンター集合  
(高岡市民体育館)

出発 9:15  
広小路駅 → 越ノ瀨  
万葉線

参加費 300円 (高岡市民歩こう会 会員無料)

受付された方全員に  
万葉線チケット  
片道分進呈!



お問い合わせ先

公益財団法人 高岡市体育協会 TEL.0766-26-5225

〒933-0044 高岡市古城1-8 東洋通信スポーツセンター(高岡市民体育館)内 FAX.0766-26-5210

【主催】 高岡市、高岡市教育委員会、公益財団法人高岡市体育協会

【共催】 高岡市小学校長会、高岡市中学校体育連盟、

高岡地区高等学校体育連盟

【協力】 高岡市スポーツ推進委員協議会 第一生命保険(株)富山支社