

第19回高岡市民スポーツ大会「たかおかスポーツDAY」開催要項

- 1 趣 旨 子供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として、様々な運動や遊びをとおしてスポーツの楽しさや喜びを伝え、スポーツの習慣化を図る。
- 2 日 時 令和6年6月23日(日) 午前9時～午後1時
受 付：午前8時45分～
- 3 会 場 竹平記念体育館
- 4 対 象 者 一般市民
- 5 参 加 料 無料
- 6 実施内容
 - (1)オープニングセレモニー ・開会宣言（市スポ協専務理事）
午前9時～9時10分 ・開会挨拶（市スポ協会長）
・準備体操（市スポ協スポーツ専門員）
 - (2)ランニング教室【走り方の基本を学ぶ 走ることを楽しもう！】
 - ・時 間 午前9時15分～10時45分（受付：午前8時45分～）
 - ・講 師 西村 顕志氏（アスリッシュ陸上スクール代表）
 - ・対象・定員 小学3～6年生 50人
 - ・申 込 令和6年6月5日午前9時～（申込フォームからの申込）
 - (3)体力テスト会【自分の体力年齢を知ろう！】
 - ・時 間 午前10時45分～午後1時（受付：午前10時30分～）
 - ・申 込 令和6年6月5日午前9時～（申込フォームからの申込）
 - ・内 容 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び等の測定
 - (4)健康測定【自分の健康度を知ろう！】
 - ・時 間 午前10時45分～午後1時（受付：午前10時30分～）
 - ・申 込 不要 当日会場へお越しください
 - ・内 容 健康測定機器で「体組成」「血管年齢」「肌年齢」等の測定
（測定機器協力：第一生命保険㈱）
 - (5)スポーツ体験【色々な種目を楽しく体験しよう！】
 - ・時 間 午前10時45分～午後1時（受付：午前10時30分～）
 - ・申 込 不要 当日会場へお越しください
 - ・内 容 気軽にできるスポーツ体験コーナー
 - (6)スポーツ普及指導者講習会「モルック」「ペタンク」
 - ・時 間 午前9時15分～10時15分（受付：午前8時45分～）
 - ・講 師 モルック：河村 晴美氏（KAYA DO!フリーモルック部）
ペタンク：大石 隆文氏（市スポ協）
 - ・対象・申込 市スポーツ推進委員、市体育振興会役員等 別途案内

問合せ先 （公財）高岡市スポーツ協会 TEL0766-26-5225