

2024 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

# たかおか スポーツDAY

6/23 **《参加無料》**  
日 内ばき持参  
9:00~13:00

9:00~9:10 オープニングセレモニー  
**会場** 高岡市竹平記念体育館 (高岡市早川222-1)

## 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  
(アスリッシュ陸上スクール代表)  
※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]  
6/5(水)  
9:00~



走り方の基本を学ぶ  
走ることを楽しもう!

## 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]  
6/5(水)  
9:00~



**健康測定** 自分の健康度を知ろう!

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



**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

- ベタンク(室内) ●モルック
- ディスクゲッター
- シャフルボード
- カローリング ●バグギー 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 モルック:河村 晴美氏(KAYA DO!フリーモルック部)  
ベタンク(室内):スポーツ協会職員

対象・申込 体育振興会役員、スポーツ推進委員

## 【ボランティア募集】

内容 体力テスト会の測定補助  
etc...

申込 6/14(金)まで



お問い合わせ先

公益財団法人 高岡市スポーツ協会 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スポーツ協会  
【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】 高岡市体育振興会、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