

**10月10日**  
**(月・祝)**  
**スポーツの日**  
**9:00~**  
**能代市総合体育館**

**午前**  
**の部**



**キッチンカー出店**  
 (能代市総合体育館駐車場スペース)

- diningまいmon  
\*タコス、タコライス

---

- OYASHIRO COFFEE  
\*コーヒー、ドリップバッグ等

---

- 澤田商店  
\*揚げたこ焼き、唐揚げ、ワッフル他

---

- のしろ来・来・来  
\*白神ねぎ焼き、けずりいちご他

---

- Koti  
\*ローストビーフ丼

---

- Chopper  
\*焼きそば、フランク他

**参加無料**

幼児から大人まで  
 どなたでも  
 参加できます!



**屋内スポーツ体験**

いろいろな種目が体験できます!

- ミニテニス ラージボール卓球 ユニカール  
 ピロポロ エアロビクス 8人制バレーボール  
 ※種目により時間指定あります。



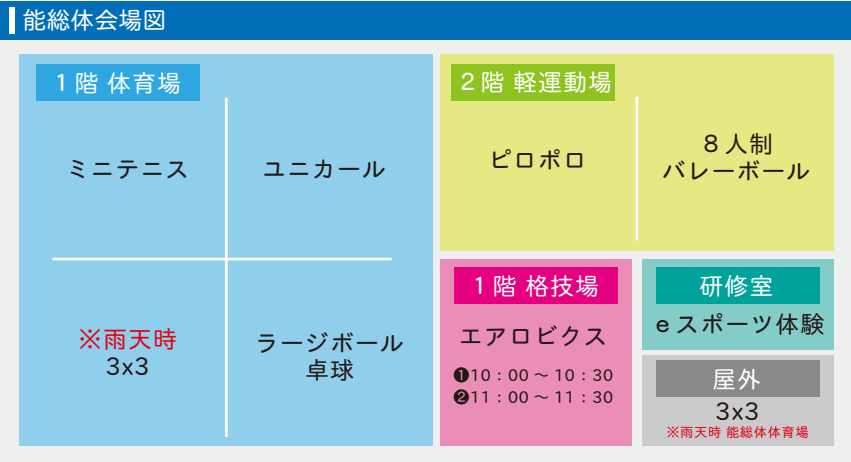
©CAPCOM CO., LTD. 2016, 2020 ALL RIGHTS RESERVED.

**eスポーツ体験**

ストリートファイターV チャンピオンエディション、プロ野球スピリッツA

**3x3体験 (雨天時屋内)**

【持ち物】動きやすい服装、内ズック、飲み物、汗拭きタオルなど



**能代市スポーツ少年団50周年記念事業**  
**「能代市スポーツ少年団駅伝交流大会」を河畔公園で開催!!**

お問い合わせ先  
 NPO法人能代市スポーツ協会  
 TEL 54-3607 FAX 52-0359

午後の部  
**スポーツ施設無料開放** **CHECK!!** 

# スポーツ施設 無料開放



## 10月10日 (月・祝) スポーツの日

### 13:00~17:00

能代市総合体育館、ニツ井町総合体育館、  
B & G 海洋センター、落合テニスコート



各施設でスポーツ体験ができます！

※時間は変更になる場合もあります。

	能代市総合体育館				ニツ井町総合体育館		B & G	落合 テニス コート
	体育場	軽運動場	格技場	屋外	アリーナ		第1体育館	
13:00								
13:30								
14:00	ラージボール卓球	ユニカール	能力カテ・テスト運動①	太極拳		ラージボール卓球	ミニテニス	
14:30	ミニテニス							
15:00				3x3				
15:30			能力カテ・テスト運動②	※雨天時能総体体育場	ラージボール卓球	ユニカール	バドミントン	テニス
16:00								
16:30								
17:00								

### 体力・運動能力調査

20～79歳を対象とした体力・運動能力調査を実施します。測定無料。自分の体力年齢を知る機会となりますので、是非ご参加ください！結果は後日お知らせいたします。

#### 内容

20～64歳

- ① 健康状態チェック
- ② 握力
- ③ 上体起こし
- ④ 長座体前屈
- ⑤ 反復横跳び
- ⑥ 立ち幅跳び
- ⑦ 20m シャトルラン

65～79歳

- ① 健康状態チェック
- ② 日常生活活動テスト
- ③ 握力
- ④ 上体起こし
- ⑤ 長座体前屈
- ⑥ 開眼片足立ち
- ⑦ 10m 障害物歩行
- ⑧ 6分間歩行

事前申込となります。

生涯学習・スポーツ振興課へ  
9月30日(金)まで電話にて  
お申込み下さい。

☎73-3221



お問い合わせ先

NPO法人能代市スポーツ協会  
TEL 54-3607 FAX 52-0359

午前の部  
スポレクフェスタのしろ

CHECK!!

