

午前
の部

スポーツの日はみんなで
スポーツを楽しもう!!

ニュースポーツ普及交流大会

スポレクフェスタのしる

10月9日 (月・祝)

スポーツの日

9:45 ~ 11:30 能代市総合体育館

参加無料

幼児から大人まで
どなたでも
参加できます!

いろいろな種目が
体験できます!

屋内スポーツ体験

ミニテニス
ラージボール卓球
ユニカール
3x3

軽運動場
8人制バレーボール
バドミントン
格技場
ヨガ 10:15 ~ 10:45
エアロビクス 10:50 ~ 11:20

eスポーツ体験

研修室

ストリートファイター6



©CAPCOM CO., LTD. 2023 ALL RIGHTS RESERVED.

午後の部
スポーツ施設無料開放

CHECK!!



キッチンカー出店

(能代市総合体育館駐車場スペース)

澤田商店

のしる・来・来

Noce (ノークェ)

お好み焼きカッキー

Cheke Rice

【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

会場・駐車場のご案内



能代市スポーツ少年団50周年記念トークショー

お笑い芸人 ハナコ 岡部大 × 新岡潤

11:30 ~ 12:00

観覧無料



【プロフィール】岡部 大 (オカベ ダイ)
秋田市出身。ワタナベエンターテインメント所属
2014年に菊田竜大、秋山寛貴とともにお笑いトリオ・ハナコを結成。
現在、『有吉の壁』、『新しいカギ』などに出演、俳優としては、NHK大河『どうする家康』に平岩親吉役として出演中。

バスケットボール経験者であり、能代工業高校とも対戦経験のあるハナコの岡部大さんと、能代工業高校バスケットボール部OBである新岡潤さんの2人にトークをしていただきます!

スポーツ交流(3x3) 12:00 ~ 12:30

ハナコ・岡部さんとスポーツ少年団団員による3x3を実施します!



【プロフィール】新岡 潤 (ニイオカ ジュン)
青森県青森市出身。
能代工業高校バスケットボール部OB。
2012~2017年アルパレク東京でマネージャーを務めた。
現在は俳優/モデルとして活躍中。

【注意事項】トークショー・スポーツ交流中は写真、動画撮影、録音(カメラ/携帯/スマートフォン/タブレットなどの撮影行為)は禁止となります。また、イベント終了後、イベント内容をSNS等に掲載することも禁止となりますのでご注意ください。

主催：能代市教育委員会 共催：能代市スポーツ少年団本部 主管：NPO法人能代市スポーツ協会 協力：のしる家守舎

お問い合わせ先 NPO法人能代市スポーツ協会 TEL 54-3607

13:00~16:00

能代市総合体育館、二ツ井町総合体育館、
B & G 海洋センター、能代市陸上競技場

	能代市総合体育館				二ツ井町総合体育館			B & G	陸上競技場
	体育場		軽運動場	格技場	アリーナ			第1体育館	※雨天時 土床体育館
13:00									
14:00	ラージボール卓球	ミニテニス	ユニカール	体力・運動能力調査	太極拳	ラージボール卓球	ミニテニス	ユニカール	陸上
15:00			3x3					バドミントン	
16:00									

※時間は変更になる場合もあります。

種目紹介

各施設で様々な種目が体験でき、各競技団体の皆様からご指導いただけます。事前申込不要。当日会場にお越し下さい!

能代市総合体育館	
種目	講師
ラージボール卓球	能代ラージボール卓球協会
ミニテニス	能代市ミニテニス協会
ユニカール	能代市ユニカール協会
3x3	I.N.U. AKITA
太極拳 ※14:00~15:00	能代市太極拳協会

二ツ井町総合体育館	
種目	講師
ラージボール卓球	スポカルきみまち
ミニテニス	二ツ井町ミニテニス連盟
ユニカール	宝来ユニカール

能代市B & G 海洋センター・体育館	
種目	講師
バドミントン	能代市バドミントン協会

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

事前申し込みとなります。生涯学習・スポーツ振興課へ10月5日(木)まで電話にてお申し込みください。

☎73-3221

※当日参加も可

陸上クリニック

会場：能代市陸上競技場 (雨天時：土床体育館)

スポーツの基本となる「歩く」大切さや楽しさを実感しましょう。早く走るための「歩く・走る」の基本を教えます。

内容

- 13:00 受付
 - 13:30 「速く」走るために動いてみよう!
 - 15:00 「速く」走るための基礎講座
- 当日は運動のできる服装・シューズでご参加ください。



事前にお申し込みください。※当日参加も可
下記メールアドレスまたはLINEにてお申込み下さい。
能代市陸上競技協会「強化・育成部」
担当：安部竜也
Mail：nyac.2018.tf.club@gmail.com

