

# ニュースポーツ普及交流大会

# スポレクフェスタのしろ

## 兼 能代市スポーツ少年団交流大会

『体育の日』様々なスポーツやレクリエーションを体験できます！！

日程：平成29年10月9日（月）体育の日 9：30～12：00

メイン会場：アリナス（能代山本スポーツリゾートセンター）

サブ会場：落合グラウンド・誠邦園球場（雨天時：土床体育館）

（雨天の場合は土床体育館でゴルフ種目を実施）

### ☆好きなスポーツ種目ができます☆

屋外：○グラウンド・ゴルフ ○ターゲットバードゴルフ ○マレットゴルフ  
○フライングディスク

屋内：○バブルサッカー ○SAQトレーニング ○ラージボール卓球  
○卓球 ○バドミントン ○ミニテニス ○ユニカール ○レクゲーム  
○ソフトバレーボール ○ピロポロ ○ユニホック ○ディスクッターナイン  
○エアロビクス ○太極拳 ○フリースペース（輪投げ・縄跳び等）

☆種目はいくつでも選ぶことができます。

☆種目により初心者教室、ミニゲーム、時間指定があります。

☆種目は変更になることがあります。

参加方法：スポーツ少年団は各団で参加者、スタッフを取りまとめ、

9月22日（金）までお申し込み下さい。

申込先：能代市スポーツ少年団本部

能代市総合体育館内 NPO法人能代市体育協会

TEL 54-3607 FAX 52-0359

Mail kudou-m@noshiro-sports.info

※申込様式をメールで希望する場合は、メールにてご依頼下さい。

参加料：スポーツ少年団申込参加者は無料です。



バス送迎：二ツ井地区スポーツ少年団バス送迎があります。各団でお申し込み下さい。

- 行き 二ツ井庁舎前 8：10～ 富根駅前 8：25～ アリナス 8：50
- 帰り アリナス 13：00～ 富根駅前 13：25～ 二ツ井庁舎前 13：40

- ・ 帰りのバス利用者は、必要に応じ各自で昼食を準備してください。  
アリナスまたはバスの中で各自食べることになります。
  - ・ 当日座席に余裕がある場合は、一般の方も先着順で乗車できます。
- ※利用希望者が少ない場合は取りやめになる場合があります。



服 装：運動着、飲み物、汗拭きタオル、内ズック

そ の 他：団員には記念品があります。

指導者、保護者のご協力をお願いいたします。

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法人能代市体育協会 協力：能代市レクリエーション協会（予定）



## 【スポーツ・レク種目の紹介】・・・一部を紹介！！

### ●バブルサッカー

バブルサッカーとは、パンパーボールと呼ばれるビニールの大きなボールを装着して行います。  
 パンパーボールが身体を守ってくれるので転んでもOK！ぶつかってもOK！新感覚のスポーツをぜひ、体験してください！



### ●SAQトレーニング

SAQトレーニングは、S（スピード）、A（アジリティ）、Q（クイックネス）の頭文字に由来し、重心指導の速さ、身体をコントロールする能力、反応し速く動き出す能力の向上を図るトレーニングです！



### ●太極拳

太極拳は、気血の流れをよくし、体内バランスを理想的な状態に保ち、肩こり・腰痛・ストレス解消・集中力アップなどに大きな力を発揮します。  
 ゆったりとした動きは、カラダの芯からリラックスできます！



※ほとんどの種目に指導者がつきます。

指導者の言うことを聞いて、マナーとルールを守って行いましょう。

### ●会場図（屋内）

Aコート	Bコート	Cコート	Dコート
●バブルサッカー	●SAQトレーニング 1回目 9：30～10：00 2回目 10：45～11：15 ●ピロピロ 10：00～10：45 ●ユニホック 11：15～12：00	●卓球 ●ラージ卓球 ●ユニカール	●ミニテニス ●ミニテニス ●バドミントン ●ソフトバレーボール
●アリナス研修室 エアロビ 10：00～10：30 太極拳 11：00～11：30 *スボ少PR、体協PR 受付	☆レクリエーション種目、フリースペースエリア ●フリースペース ●レクゲーム ◎ケンケン・縄跳び・輪投げ パンパーダンス ディスクッターライン キャッチザスティック他		

### （屋外）

