



## とよおかスポーツフェスティバル2014に参加しよう!

**日時** 10月13日(月・祝) 9:00~15:00  
**場所** 総合体育館・ウェルストーク豊岡ほか  
**参加費** 無料

### 開会セレモニー&玄さんと一緒に体操しよう!

- ◇場所 総合体育館前広場(雨天時は同館内)
- ◇時間 9:00~9:40
- ◇内容 五荘奈佐幼稚園児の演技、チャレンジデー表彰式、玄さんとボクササイズなど

10月13日は体育の日です。市では、スポーツを通じた市民の健康づくりと交流を目的に「とよおかスポーツフェスティバル2014」を開催します。

誰でも気軽に参加できるスポーツを用意します。この機会にスポーツを楽しみ、心地よい汗をかきましょう!

スタンプラリーも行います。いろいろな種目にチャレンジし、素敵な賞品をゲットしましょう!

※スタンプラリーの景品交換 ~15:30

《問合せ》スポーツ振興課 ☎21-9023

## 交流スポーツイベント(9:45~15:00)

場所 ウェルストーク豊岡周辺

### ◆ニュースポーツ交流会

誰でも楽しめる「ニュースポーツコーナー」を設置します。気軽に参加してください。

### ◆新体力テスト

複数の運動をすることで、あなたの体力運動能力を知ることができます。

### ◆ロングlong~ウォーキング(総合体育館・9:00~)

総合体育館から堤防1周の5kmコースと、コウノトリの郷公園までの10kmまたは玄武洞公園までの15kmを歩きます。

### ◆ポールウォーキング

誰でも楽しめ、ポールを持って姿勢よく歩くことで運動効果アップ。ダイエットに最適です。

### ◆健康ふれあい歩キング(※)(13:00~・約5km)

円山川の雄大な景色を眺めながら、ゆっくり、のんびり歩きます。途中、お楽しみ会もあります。

### ◆ファミリージョギング(※)

(11:00~・1kmコース、2kmコース)



速さは競いません。家族や仲間と円山川を楽しみながらジョギングしましょう!どなたでも参加できます(ただし、小学生以下は保護者同伴)。

### ◆「スポーツクラブ21ひょうご」とよおか交流スポーツ大会(市民体育館・10:00~16:00)

クラブ会員によるソフトバレーボールの交流大会を開催します。

### ◆アジャタ大会

(①11:30~②14:00~)

誰でも気軽楽しめる玉入れです。1チーム2~4人で力を合わせて100個の玉を入れる速さを競います。



### ◆ロープ・ジャンプX大会(①11:30~②14:00~)

3人以上で跳んだ回数×人数の得点で競う大縄跳びです。少人数でも大勢でも参加できます。日頃の運動不足を解消しましょう。

### ◆ウェルストーク青空レッスン(10:00~17:00)(※)

ズンバ・エアロビクスなど(当日変更あり)。

### ◆ウェルストーク豊岡 無料開放(9:00~21:00)

施設を無料開放し、皆さんの健康増進につながるよう応援します(屋内シューズ、水着、スイムキャップなどは持参)。

### ◆フリーマーケット(9:00~)

《問合せ》ウェルストーク豊岡 ☎24-0582

### ◆集まれ!こども広場

NPO子ども若者応援プロジェクトMIRAIの協力によるバルーンアート、ヨーヨー釣り、綿菓子

### ◆食欲の秋です!屋台村!!!

屋台村自慢の「旨いもん」をどうぞ!(協力:翁、はまだ、ラーナ ほか)

### ◆ヴィッセル神戸ガラガラくじ(300円)

### ◆ちょっと休憩。音楽広場♪

出演: Caban Street Live Band

◎雨天の場合は、総合体育館で実施します。(※)は中止します。