

みんないけ!

スポーツクラブ紹介

はじめてみよう
アクティブ生活

春から始まるプログラムの参加者募集します!

詳しくは広報とやま 3 月 5 日号をご覧ください。



スポーツクラブ一覧

スポーツクラブ富山 電話:076-444-4649 ●総合体育館	スクール・レッスン・セミナー	水橋身体スポーツクラブ 電話:076-478-4951 勤労者身体障害者体育センター	スクール・レッスン・セミナー
東富山スポーツクラブ 電話:076-438-7500 ●東富山体育館	スクール・レッスン・セミナー	スポールおおやまスポーツクラブ 電話:076-483-0059 ●大山総合体育センター	スクール・レッスン・セミナー
2000 年スポーツクラブ 電話:076-420-2000 ●2000 年体育館	スクール・レッスン・セミナー	アルペンスポーツクラブ 電話:076-451-0900 ●市民球場アルペンスタジアム	スクール・レッスン・セミナー
みなみスポーツクラブ 電話:076-429-5695 ●南総合公園体育文化センター	スクール・レッスン・セミナー	YAKIYAMA スポーツクラブ 電話:076-468-0971 ●アイザックススポーツドーム	スクール・レッスン・セミナー
武道学園 電話:076-431-0170 ●富山武道館	スクール・レッスン・セミナー	東富山温水プール 電話:076-438-5601	スクール・レッスン・セミナー

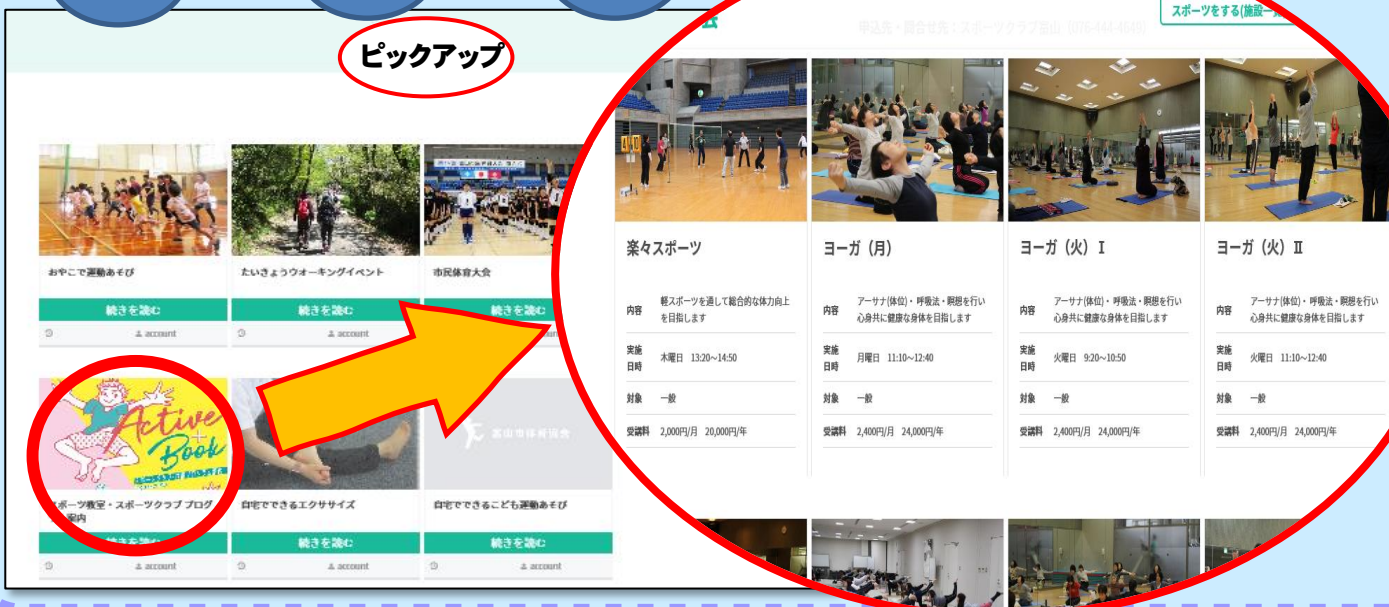
スクール 140 以上ものプログラムがあり、一年を通してジュニアから高齢者まで、体力づくりや健康づくり教室を開催しています。(スポーツクラブへの入会が必要)

レッスン ヨガやピラティスなどのエクササイズレッスンを開催。事前登録が不要で気軽に受講できます。

セミナー 「てつぼう」や「かけっこ」など短期間で受講できる教室です。

●上記の教室案内は(公財)富山市体育協会ホームページの『ピックアップ』に教室案内があります

HP トップ → ピックアップ 一覧 → Active Book



(公財)富山市体育協会 広報誌

みんないけ!

たいまよう

(公財)富山市体育協会
マスコットキャラクター
ぼーてい



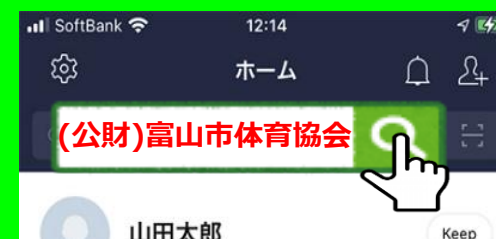
No. **48**

令和 3 年 2 月 2 0 日 発行

LINE 公式アカウントはじめました

友だち登録方法

●名前で登録する



ホームの検索に名前入力検索をタッチ

●ID で登録する



①ホームの右上人マークをタッチ

友だち募集中!!

登録してチェックしてみてください

- イベントやセミナー案内、各施設の行事予定表などを定期配信
- スクールやセミナーの日程変更などを素早く情報配信
- お試し券などのお得な特典も配信



②QR コードをえらぶ



③QR コード読み取り

発行・編集



公益財団法人

富山市体育協会

〒930-0805 富山市湊入船町 12 番 1 号

[TEL] 432-1117 [FAX] 433-7474

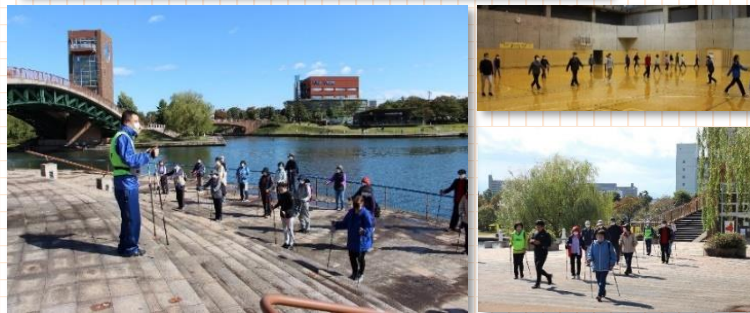
[URL] <https://www.taikyou-toyama.or.jp>



10月

  		
日	内容	場所
6 日(火)	ウォーキングで YOGA	環水公園周辺
10(土)	いきいきスポーツの日	市営スポーツ施設
	体成分測定会	アイザックススポーツドーム
18 日(日)	第 19 回富山市民 スポーツ・レクリエーション祭	各会場
23 日(金)	体成分測定会	東富山温水プール
24 日(土)	ウォーキングセミナー & ミニウォーク	市総合体育館 富岩運河環水公園
25 日(日)	おやこで運動あそび	東富山体育館
31 日(土)	おやこで運動あそび	勤労身体障害者体育センター

ウォーキングセミナー&ミニウォーク



参加者 23 名が、体育館で歩き方や運動強度の指針となる心拍数の測り方を学んだ後、中島閘門までウォーキングとノルデックウォークを行いました。

		
日	内容	場所
7日(土)	体成分測定会	体育文化センター
8日(日)	自然と文化を巡るウォーク	呉羽山周辺
17日(火)	岩瀬街並みウォーク	岩瀬カナル会館周辺
21日(土)	おやこで運動あそび	市民球場
9月2日(水) ～ 11月25日(水)	大人の部活(ハンドボール)	市総合体育館
10月8日(木) ～ 11月26日(木)	オンラインレッスン 「Let'sおうち30分エクササイズ!!」	配信…市総合体育館 受講…自宅等
29日(日)	こどもの運動指導講習会	体育文化センター
30日(月)	救命講習会	アイザックススポーツドーム

大人の部活（ハンドボール）



男女合わせて 18 名が全 8 回、基本練習やミニゲームを行い、和気あいあいと楽しい汗を流しました。

12月

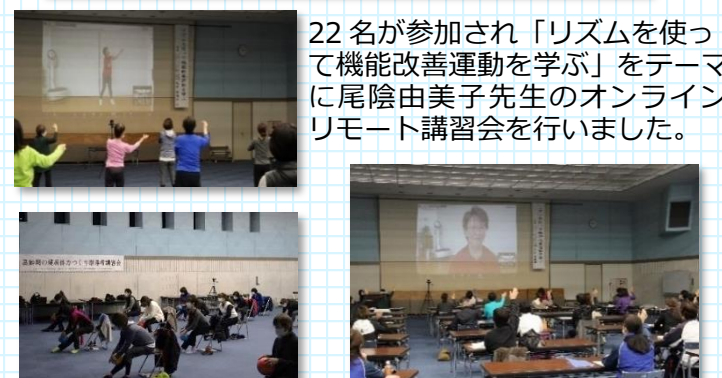
日	内容	場所
5日(土)	高齢期の健康体力づくり 指導者講習会	体育文化センター
7日(月)	体成分測定会	2000 年体育館
9日(水)	地区・校区出張講座 「体成分測定会＆健康体操」	山田公民館
12日(土)	体成分測定会	市民プール
	救命講習会	市総合体育館
13日(日)	ジュニアアスリート 指導者研修会	体育文化センター
	おやこで運動あそび	大山総合体育センター
14日(月)	体成分測定会	東富山体育館
18日(金)	体成分測定会	大山総合体育センター
19日(土)	まちなか探訪ウォーク	市総合体育館～富山城址公園

まちなか探訪ウォーク

街中の歴史や名所の話を聞いた後、富山駅南北自由通路や桜橋、富山城、環水公園を通る約5.5kmのコースを、参加者13名が歩きました。日頃は何気なく歩く道も、話を聞いた後歩くといつもと違った見方で、悪天候ではありませんが、まちなかを楽しむことができました。



高齢期の健康体力づくり指導者講習会



22 名が参加され「リズムを使って機能改善運動を学ぶ」をテーマに尾陰由美子先生のオンラインリモート講習会を行いました。

日	内容	場所
1日(金・祝) 11日(月・祝)	新春スポーツ練習始め	各スポーツ施設
17日(日)	子どもスキー教室	立山山麓スキー場
19日(火)	救命講習会	市民球場
21日(木)	体成分測定会	花木体育センター
24日(日)	子どもスノーボード教室	立山山麓スキー場

平昌オリンピックスノーボード代表の広野あさみさんを講師に招き、スノーボード教室を開催しました。小学3年～5年生の男女24名が参加し、初心者から経験者まで、レベルに応じた指導をしていただきました。世界トップ選手から直接指導してもらい、貴重な経験となりました。



日	内容	場所
13日(土)	スノーシューウォーク	グリーンパーク吉峰周辺
	救命講習会	体育文化センター
14日(日)	こども運動あそびプログラム	市総合体育館
18日(木)	体成分測定会	富山武道館
20日(土)	ウォーキングリーダー講習会	市総合体育館

子どもスノーボード教室



日	内容	場所
9月29日(火) ～ 3月2日(火)	スマイル元気セミナー	市総合体育館
5日(金)	体成分測定会	東富山温水プール
12日(金)	体成分測定会	市民球場
17日(水)	体成分測定会	市民プール
19日(金)	第3回理事会	市総合体育館
21日(日)	芽吹きウオーク	富山きときと空港周辺



令和3年度 4～9月 イベント情報

4月	内容	場所
	さくらウオーク 2021	市総合体育館～呉羽山
	とやま南北縦断スタンブラリーウオーク	富山駅周辺
	体成分測定会	アイザックスポーツドーム
5月	呉羽山ウオーク	呉羽山周辺
	田園の海沿いのウオーク	大村緑地周辺
	体成分測定会	大山総合体育センター 東富山体育館 2000 年体育館
	おやこで運動あそび	勤労身体障害者体育センター
	ウォーキングセミナー＆ミニウオーク	市総合体育館
6月	評議員会・表彰式	富山電気ビルディング
	おやこで運動あそび	アイザックスポーツドーム
	雄山神社と常西用水ウオーク	岩崎雄山神社周辺
	救命講習会	勤労身体障害者体育センター
	こどもの運動指導講習会	市総合体育館
	富岩運河 WALK&RAIL	富岩運河環水公園～ 岩瀬カナル会館
	体成分測定会	体育文化センター
	第 17 回市民体育大会開会式	市総合体育館

各種イベント開催についての詳細は、広報とやま、
(公財)富山市体育協会ホームページに掲載されます。

	内容	場所
7月	体成分測定会	花木体育センター 勤労身体障害者体育センター
	Oh!さわやか塩の風ウォーク	大沢野塩周辺
	いのちの教室&スポーツ教室	アイザックススポーツドーム
	おやこで運動あそび	東富山体育館
	救命講習会	2000 年体育館
8月	おやこで運動あそび	2000 年体育館
	救命講習会	大山総合体育センター
	第 74 回富山県民体育大会小中学生 優秀選手・監督表彰式	とやま自遊館
9月	ノルディックウォーク	2000 年体育館
	高齢期の体力づくり指導者講習会	体育文化センター
	救命講習会	東富山体育館
	富山湾と水橋まちウォーク	水橋周辺
	ウォーキングリーダー講習会	市総合体育館
	おやこで運動あそび	東富山温水プール
	体成分測定会	富山武道館 市民球場