

令和5年度

いきいき スポーツの日



10月9日 (月・祝) スポーツの日は、**無料開放の日**となります。

たくさんの市民の方にご利用いただけるよう1時間単位でのご利用となりますので
あらかじめご了承ください。

体力測定・ヨガ・親子de体操も無料で参加できます！

NO	イベント名	場所	開催時間	対象	定員	申込
①	体力測定会	第1アリーナ	9:00~12:00	小学生以上	35	事前・当日
②	家族でリフレッシュヨガ	第2アリーナ	9:30~10:30	家族	50	事前・当日
③	親子de体操	第2アリーナ	10:45~11:45	親子	25組(50名)	事前・当日
④	無料開放	第1・2アリーナ	13:00~19:00	一般	なし	事前・当日
⑤	無料開放	3×3 バスケットコート	9:00~19:00	一般	なし	事前・当日
⑥	無料開放	1アリランニングコース	9:00~19:00	一般	なし	事前・当日
⑦	無料開放	2アリランニングコース	13:00~19:00	一般	なし	事前・当日
⑧	無料開放	フィットネスルーム	9:00~19:00	一般	なし	事前・当日

※9月20日より電話にて事前受付を開始します(先着順)

※当日は10分前に受付を開始します

※無料で使用できる「施設使用券」の配布はありません

申込み・問い合わせ

富山市総合体育館

Tel 444-6688



(公財)富山市スポーツ協会
LINE 公式アカウント始めました！
QRコードを読み込んで
お友達ちになりましょう



令和5年度 いばし スポーツの目 mini 体力測定会

- 場 所 富山市総合体育館 第1アリーナ
- 対 象 小学生以上
- 時 間 9:00~12:00
- 測定項目 体成分測定・握力・長座体前屈
反復横跳び・開眼片足立ち
10m障害物歩行・上体おこし・6分間歩行
- 定 員 35名(先着順)
- 申し込み 9月20日(水)~
電話または事務室受付へお申し込み下さい

*活動にはうち履きが必要になります
*無料で使用できる「施設使用券」の配布はありません

2023. 10. 9(mon)

受付8:45~

富山市総合体育館
TEL 444-6688



(公財)富山市スポーツ協会
LINE 公式アカウント始めました!
QRコードを読み込んで
お友達ちになりましょう

家族で リフレッシュ ヨガ

令和5年度
いきいき
スポーツの日
家族そろってリフレッシュ!!



2023.10.9(mon)

9:30~10:30 *9:15~受付

- 場 所 富山市総合体育館 第2アリーナ
- 対 象 家族
- 定 員 50名(先着順)
- 申し込み 9月20日(水)
電話または事務室受付へお申し込み下さい

* ヨガ以外の活動はうち履きが必要になります
* 無料で使用できる「施設使用券」の配布はありません

富山市総合体育館
TEL 444-6688

市スポ協 LINE 公式アカウント
QRコードを読み込んでお友達に
なりましょう





令和5年度 いきいき スポーツの日 親子de 体操

- 場 所 富山市総合体育館
第2アリーナ
- 対 象 年長～小学2年生の親子
- 時 間 10:45～11:45
- 定 員 25組50名(先着順)
- 申し込み 9月20日(水)～
電話または事務室受付へお申し込みください

*活動にはうち履きが必要になります
*無料で使用できる「施設使用券」の配布はありません

2023. 10. 9(mon) 受付10:30～

富山市総合体育館
TEL 444-6688

市スポ協LINE公式アカウント
QRコードを読み込んでお友達に
なりましょう

