

スポーツフェスタ2022

10月16日(日)

受付9:30～ 開始9:50～終了15:30

スポーツを観て！体験して！からだを動かしてみましよう！

サッカー元日本代表 加地亮さんと一緒に！

≪第1部≫ノルディックウォーク

【時間】10:00～11:30

【定員】30名(先着順)

【講師】ミズノスポーツサービス

(全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員)

≪第2部≫トークショー&ミニサッカー教室

【時間】12:30～13:45

≪第3部≫運動教室

【時間】14:30～15:00



幅広い年齢層向け運動 ノルディックウォークⅡ (初心者・高齢者向け)

【時間】14:00～15:30

【定員】30名(先着順)

【講師】森 裕史

(ミズノ所属/ 全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員)

安全で運動効果も上がり、足、腰、膝、関節などへの負担を軽減します。

また、転倒防止にも効果があり、幅広い年齢層に受け入れられやすい運動です。

運動に自信のない方にもおすすめです。

歩行能力測定

【時間】9:30～15:30

測定機の前を5m歩くだけ！

1分程度で歩行速度・歩幅などを測定できます。

機器やマーカーを取り付けたり、靴を脱いだりは不要です。



体力・運動能力調査

【時間】13:00～15:30

スポーツくじ



◎新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします。また、感染状況により事業に変更が生じる場合があります。

◎地域の学校の活性化を図るため、コミュニティハイスクールとして南牧小学校、南牧中学校と連携している県立下仁田高校の参加を一部認めています。

◎甘楽富岡地域定住自立圏形成協定に基づく甘楽富岡地域地域スポーツ振興の推進事業実施要綱に基づき富岡市民の参加を一部認めています。

この事業はスポーツ振興くじ助成金を受けて行われます。