

開催イベント



青空ヨガ

時間/①13:00~14:00 ②14:30~15:30 (受付:各回30分前から)
 内容/開放的な空のもと、芝生の上でのびのびヨガを体験しましょう。
 経験者はもちろん、初心者も身体が硬い人も大歓迎。
 ご家族やお子様連れでも参加できます。

講師/小川真実先生、遠藤由香利先生
 持ち物/ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル(ハンドタオル不可)、
 マスク、飲み物

問い合わせ/富士市スポーツ振興課 TEL.55-2722

富士総合運動公園 陸上競技場

全年齢
 定員100
 人程度



小川真実先生 遠藤由香利先生

バーチャルサイクリング体験

時間/13:00~15:30 (受付:13:00から)
 内容/ロードバイクに乗って、仮想空間でのサイクリングに挑戦してみませんか?
 女性やお子様も一緒に楽しんでいただけます。ぜひご参加ください!

問い合わせ/富士市スポーツ振興課 TEL.55-2722

富士総合運動公園 陸上競技場

小学生
 以上



フライングディスク(ドッチビー) / ポッチャ体験会

ディスクを使って楽しもう!
 時間/10:00~11:30 (受付:9:45から)
 内容/ディスクドッチ、ゴールドドッチ
 問い合わせ/総合型地域スポーツクラブF-SPO
 杉山 TEL.090-3581-8611

パラリンピック正式種目の
 ポッチャを体験してみよう!
 時間/13:30~15:00 (受付:13:15から)
 内容/ポッチャ体験と実践

全年齢
 障害者
 含む

モルック競技体験教室

テレビ番組内にて、芸能人が競技し放送されている、話題のモルック競技を体験してみませんか。
 小学生以上の方なら参加できます。

時間/13:00~15:00 (受付:12:30から)
 内容/モルック競技の体験、ラダーゲッター
 問い合わせ/富士市レクリエーション協会 仲原 TEL.090-4441-8220

富士総合運動公園 陸上競技場

小学生以上
 障害者
 含む



パネル展

イベント開催中、パネル展を開催します。ぜひご覧ください。
 内容/レバンテフジ静岡パネル展・ベルテックス静岡パネル展・
 総合型地域スポーツクラブパネル展

問い合わせ/富士市スポーツ振興課 TEL.55-2722

富士総合運動公園 陸上競技場



チームQ ランニングクリニック

富士総合運動公園 陸上競技場



Qちゃんが富士市にやってくる! **観覧のみ**
 時間/9:30~12:00
 内容/2000年シドニーオリンピック金メダリストの
 高橋尚子氏による中学生への指導を、
 スタンドから観覧できます。
 問い合わせ/富士市スポーツ振興課 TEL.55-2722
 ◆参加者は別途市内中学校の陸上部を通じて募集します。
 ※観覧には健康チェックシートの提出が必要です。

無料体力測定

富士総合運動公園 陸上競技場

自分の体を知ろう!
 あなたの体力はどれくらい? **小学生
 ~79歳**
 時間/13:00~15:30
 小学生から79歳までを対象とし、年代ごと
 体力年齢を測定します。測定結果を参考に、
 健康な体を目指しましょう!

ご参加いただいた方に
 フロバックス
 ボールチーム **ベルテックス静岡** **VELTEX**
 グッズをプレゼント

富士総合運動公園案内図



●グラウンド・ゴルフ交流体験教室
 (10:00~11:30)

- チームQランニングクリニック (9:30~12:00)
- 無料体力測定 (13:00~15:30)
- 青空ヨガ (①13:00~14:00 ②14:30~15:30)
- バーチャルサイクリング体験 (13:00~15:30)
- モルック競技体験教室 (13:00~15:00)
- 50m&100m短距離陸上記録会 (①100m 13:00~ ②50m 14:00~)
- 青空ベンチプレス (13:00~15:00)
- パネル展



●テニス教室 (10:00~11:45)
 ●ソフトテニス体験教室 (10:00~11:45)

●弓道体験教室 (10:00~11:50)

●エンジョイペースポール (10:00~12:00)

スポーツ施設無料開放

スポーツ施設で
 体を動かそう!

無料で以下の施設をご利用いただけます。
 ルールを守って楽しくスポーツしましょう。

富士総合運動公園 (TEL.36-2131)	無料開放時間
相撲場	9:00~17:00
管理棟軽体育室 (雨天時は15時30分までイベント)	9:00~21:00 (雨天時は15:30~)
庭球場 (A・Cコートは午前中スポーツ体験教室) ※1時間ごとの利用になります。 ※部活・団体などのクラブ活動の利用は認めません。 ※市民の方・個人利用者が優先となります。	9:00~21:00 8:00~整理券配布 8:30~受付 (庭球場にて)
弓道場 (12:00までスポーツ体験教室)	12:00~21:00

富士体育館 (TEL.53-0900)	無料開放時間
体育室1 (15:00までスポーツ体験教室) 体育室2 (15:00までスポーツ体験教室) (卓球、パドミントン、バスケットなどに利用できます。)	15:00~21:00
柔道場 (15:00までスポーツ体験教室)	15:00~21:00
剣道場 (15:45までスポーツ体験教室)	15:45~21:00
弓道場	
トレーニングルーム 10時・13時30分・15時・18時・19時30分から 初めて利用される方に講習会を実施いたします。	9:00~21:00

富士柔剣道場 (TEL.53-0900)	無料開放時間
柔道場 剣道場	9:00~21:00

富士川体育館 (TEL.81-2111)	無料開放時間
体育室A (15:30まで総合型地域スポーツクラブ体験教室) 体育室B 体育室C (12:00までスポーツ体験教室)	体育室A (15:30~21:00) 体育室B (9:00~21:00) 体育室C (12:00~21:00)
多目的スタジオ	
トレーニングルーム 10時30分・13時・15時・18時・19時30分から 初めて利用される方に講習会を実施いたします。	9:00~21:00

※感染症対策のため、当日は受付にて名簿の記入をお願いします。※利用人数の制限を行う場合があります。
 ※団体での利用はできません(富士柔剣道場を除く)。ただし、各体育室・柔道場・剣道場の17時以降の団体による
 利用は8月9日(月)8時30分から予約を受けています。各受付施設にお問い合わせください。

- フライングディスク(ドッチビー) (10:00~11:30 / 体育室A)
- ポッチャ体験会 (13:30~15:00 / 体育室A)
- ダーツ体験教室 (10:00~11:30 / 体育室C)
- 空手道教室 (10:30~11:55 / 体育室C)



- インディアカ教室 (10:00~11:30 / 体育室)
- ファミリーパドミントン体験教室 (10:15~11:15 / 体育室)
- 卓球体験教室 (10:00~11:45 / 体育室)
- フットサル教室 (13:00~14:30 / 体育室)
- ソフトバレーボール教室 (13:00~14:45 / 体育室)
- 空道教室 (10:00~11:45 / 柔道場)
- 合気道体験教室 (13:30~14:30 / 柔道場)
- なぎなた体験教室 (10:00~11:45 / 剣道場)
- スポーツチャンバラ体験会 (13:30~15:30 / 剣道場)