いつでも、どこでも、だれでも！スポーツをエンジョイ！

富士市民 エンジョイスポーツデー

令和元年 10月13日（日）

小雨決行 ※当日午前6時の時点で気象警報が発表されている場合は、中止となります。

富士総合運動公園を中心にさまざまなスポーツイベントが開催されます！
普段運動されない方も、ご家族・友人と一緒にぜひご参加ください。

スポーツを楽しもう！

17種類のスポーツ体験教室のほかにサイクルタイムトライアルなど、各種イベントを開催！

スポーツ施設で体を動かそう！

市内のスポーツ施設を無料開放します。対象施設や使用上のルールをしっかり確認して、楽しく運動しましょう！

自分の体を知ろう！

体力測定や20歳以上の血管年齢測定など、自分の体のチェックができます。

主催 富士市　協力 （公財）富士市振興公社・富士市体育協会・富士市スポーツ推進委員会・富士市健康推進会・富士市食生活推進員会・日本トーター株式会社静岡競輪事業所・一般社団法人日本競輪選手会静岡支部・富士市レクリエーション協会・総合型地域スポーツクラブF-SPO

お問い合わせ
富士市市民部スポーツ振興課
TEL.0545-55-2876

自分の体を知ろう!

富士総合運動公園 陸上競技場

・血管年齢測定 ・体組成測定
20歳以上

時間／9:45～12:00
内容／あなたの健康をチェック!自分の体を知るチャンスです。意外な体内年齢にびっくり!?

無料 体力測定

時間／10:00～12:30

食べ物クイズと展示コーナー

時間／9:45～12:00
内容／野菜レシピの紹介、献立の紹介

・ふじさん青春マイレージ ・内転筋力測定とフレイル予防コーナー

時間／9:45～12:00
内容／足の内腿の筋力測定を実施。めざせ美脚!?

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
温水プール（午前、1～4コースはスポーツ体験教室） 庭球場（午前、A・Cコートはスポーツ体験教室） ※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
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（17：00までスポーツ体験教室） （卓球、バドミントン、バスケットなどに利用できます。）	体育室1 15:00～21:00 体育室2 17:00～21:00
柔道場（10：30～14：30までスポーツ体験教室）	9:00～10:30 14:30～21:00
剣道場（12：00までスポーツ体験教室）	13:00～21:00
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(15:00まで総合型地域スポーツクラブ体験教室) 体育室B･C	体育室A(15:00～21:00) 体育室B.C(9:00～21:00)
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

※庭球場は、施設開放30分前から受付します。
※団体での利用はできません。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13日(火)8時30分から予約を受付けています。各受付施設にお問い合わせください。

- ●インディアカ体験(9:45～11:45／体育室)
- ●ファミリーバドミントン体験(9:45～11:45／体育室)
- ●スポーツチャンバラ体験会(10:30～12:30／体育室)
- ●初心者フットサル(13:00～16:00／体育室)
- ●卓球体験(13:15～15:00／体育室)
- ●少林寺拳法体験(10:30～12:00／柔道場)
- ●合気道体験(13:15～14:30／柔道場)
- ●なぎなた体験(9:45～11:45／剣道場)

- ●フライングディスク体験（10：00～12：00）
- ●スポーツウェルネス吹矢体験（13：00～15：00）

その他イベント

富士総合運動公園 陸上競技場

スポーツ少年団大会

時間／9:30～13:40
内容／順送球・百足競争・騎馬戦
問い合わせ／富士市スポーツ少年団事務局 TEL.53-6045

富士総合運動公園 陸上競技場

元気! 挑戦! 障害者ニュースポーツ体験

笑顔と歓声、障害者も含む、だれでも気軽にできる楽しいニュースポーツ体験競技の2種目です。

時間／10:00～12:00
内容／シャトルコック投げ・ボッチャ
問い合わせ／富士市レクリエーション協会
白川 TEL.080-5106-9071

富士総合運動公園 陸上競技場北側 第4ゲート付近

サイクルタイムトライアルⅡ

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!

時　間／10:00～12:00、13:00～15:00
内　容／タイムや速度を測定できる自転車体験
問い合わせ／日本トーター株式会社
TEL.054-280-6077

富士川体育館 体育室A　　問合せ／総合型地域スポーツクラブF-SPO 杉山 TEL.52-6088

フライングディスク体験教室

ディスクを使って親子で楽しもう!

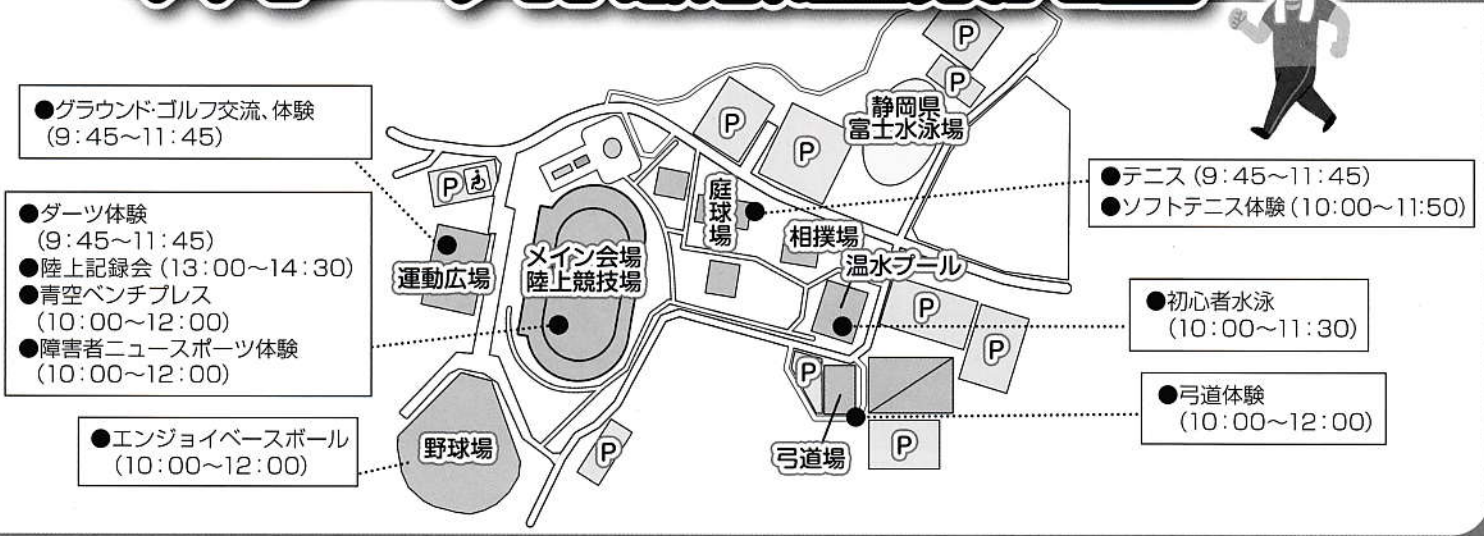
時間／10:00～12:00
内容／ドッヂビーを使った投げ方と、的当てとドッヂビーのゲーム

スポーツウェルネス吹矢体験教室

スポーツ吹矢呼吸法で元気、健康、ストレス発散!

時間／13:00～15:00
内容／スポーツウエルネス吹矢の体験、見学

スポーツ体験教室案内図



初心者OK!

スポーツ体験教室

スポーツを楽しもう!

●当日、各会場にお越しください。教室によって準備品が必要です。●詳細は教室を実施する協会の問い合わせ先にご連絡ください。

富士球場

エンジョイベースボール

時　間／10:00～12:00
内　容／ベースランニング・遠投
　　ロングティー・球速測定
問い合わせ／富士野球連盟 門傳
TEL.090-2681-5557

富士総合運動公園 温水プール

初心者水泳

時　間／10:00～11:30
内　容／初心者水泳
問い合わせ／富士水泳協会 古郡
TEL.61-6682

富士総合運動公園 庭球場 Aコート

テニス

時　間／9:45～11:45
内　容／テニスの基本
問い合わせ／富士市テニス協会
(WTC内)
TEL.88-9042

富士総合運動公園 庭球場 Cコート

ソフトテニス

時　間／10:00～11:50
内　容／初心者から経験者までレベルに合わせて行います。
問い合わせ／富士ソフトテニス協会 渡辺
TEL.090-7694-4357

富士総合運動公園 陸上競技場

陸上記録会 (50m・100m)

時　間／13:00～14:30
内　容／50m・100m走の記録測定
問い合わせ／富士市陸上競技協会
鈴木 TEL.21-3801

ダーツ

時　間／9:45～11:45
内　容／ダーツゲーム
問い合わせ／ふじかわ体育振興会
古木 TEL.090-5602-4954

青空ベンチプレス

時　間／10:00～12:00
内　容／ベンチプレス体験・記録会
問い合わせ／パワーリフティング協会
TEL.64-0281

富士総合運動公園 弓道場

弓道

時　間／10:00～12:00
内　容／弓具の取扱い説明、素引き（矢を番えないで弓を引く）、的前での行射
問い合わせ／富士市弓道協会 中村 TEL.090-4157-6246

富士総合運動公園 運動広場

グラウンド・ゴルフ

時　間／9:45～11:45
内　容／グラウンド・ゴルフ体験教室、ゲーム
問い合わせ／富士市グラウンド・ゴルフ協会 佐藤
TEL.090-4187-9714

富士体育館 柔道場

少林寺拳法

時　間／10:30～12:00
内　容／少林寺拳法の体験
問い合わせ／富士市少林寺拳法協会 杉山
TEL.090-3380-1283

合気道

時　間／13:15～14:30
内　容／合気道の基本技等
問い合わせ／富士市合気道協会 玉田
TEL.090-1625-3786

富士体育館 体育室

スポーツチャンバラ

時　間／10:30～12:30
内　容／スポーツチャンバラの体験
問い合わせ／富士市スポーツチャンバラ協会 佐野
TEL.090-6072-7392

インディアカ

時　間／9:45～11:45
内　容／ゲーム
問い合わせ／富士市インディアカ協会 仲原
TEL.090-4441-8220

ファミリーバドミントン

時　間／9:45～11:45
内　容／楽しいファミリーバドミントンを体験
問い合わせ／富士市ファミリーバドミントン協会 石川
TEL.090-3422-7714

卓球

時　間／13:15～15:00
内　容／基礎・基本技能及びラリー
問い合わせ／富士市卓球協会 長尾
TEL.090-8549-8274

初心者フットサル

時　間／13:00～16:00
内　容／フットサルゲーム（19歳以上）
問い合わせ／富士市サッカー協会 太田
TEL.090-9890-7042

富士体育館 剣道場

なぎなた

時　間／9:45～11:45
内　容／なぎなたの礼法・振り方・リズムなぎなた
問い合わせ／富士市なぎなた連盟 片桐
TEL.090-7038-8053

富士市民
エンジョイスポーツデー