

沼津かのがわハーフマラソン2017

富士山を望むことができる狩野川水辺のランニングコース「かのがわ View Line」は、ほぼフラットでのんびり走りたくなるコースです。美しい景観を眺めながら、楽しく駆け抜けてみませんか。沿道での声援もお待ちしています。

と き	10月22日(日)(荒天中止)			と ころ	中央公園
部門	対 象	スタート	定員	参加料	小学生以下=1,900円、高校生以下=2,900円、一般=3,900円
①ハーフ	高校生以上	9時	500人	申込方法	9月30日(土)までに、沼津ランニング&スキルズステーション(中央公園内)に直接またはホームページで
②10km	どなたでも	9時10分	500人		
③5km		9時20分	250人		
④3km		9時20分	250人		



※参加記念品「ひもの」を贈呈します。
 ※狩野川沿いの歩道を利用したコースのため、道幅が狭い場所があります。
 ※ランナー優先のコースではないため、タイム重視の人には適していません。
 ※詳細は、ホームページをご覧ください。
 ☎沼津ランニング&スキルズステーション ☎055-952-3222
 ホームページアドレス <http://www.n-sta.com/>

健康に動ける体力を目指す！～体力健康診断～

腰や肩の痛み、筋力の低下などによるからだの悩みを見つけてみませんか。からだのプロフェッショナルが独自の測定方法で皆さんのからだの悩みを解決へと導きます。

と き	9月24日(日)、10時～12時		と ころ	中央公園 (沼津ランニング&スキルズステーション前)	対 象	60歳以上の人	定員	100人程度	講 師	スポーツクラブ「ボディデザイン・プランニング」トレーナー、「緑ヶ丘はりきゅう整骨院」柔道整復師・鍼灸師
と き	9月24日(日)、10時～12時		と ころ	中央公園 (沼津ランニング&スキルズステーション前)	対 象	60歳以上の人	定員	100人程度	講 師	スポーツクラブ「ボディデザイン・プランニング」トレーナー、「緑ヶ丘はりきゅう整骨院」柔道整復師・鍼灸師
申込方法	沼津ランニング&スキルズステーションに直接または電話で		申込期限	当日の来館受付まで可						
☎沼津ランニング&スキルズステーション ☎055-952-3222										

沼津かのがわカヌー駅伝大会

まちなかを流れる狩野川のすばらしい口ケーションを体感できるカヌー駅伝と河川敷でのバーベキューを楽しみませんか。

と き	10月1日(日)9時～13時 (前日は練習日)		対 象	10歳以上の人(1チーム4人)
と ころ	かのがわ風のテラス (狩野川右岸階段堤)		参加料	1チーム1万2千円 (大学生以下のチームは8千円、バーベキュー代含む)
※申込方法等の詳細は、ホームページをご覧ください。				
☎沼津かのがわカヌー駅伝大会実行委員会事務局				
ホームページアドレス http://numazucanoekiden.i-ra.jp/				



沼津の中心で、スポーツの秋を楽しもう！

☎商工振興課
☎055-934-4748

ぬまづ健康スポーツ祭

と き 10月15日(日) 9時30分～15時
 ※体育館シューズを持参してください。
 ※カローリング大会は戸田B&G海洋センターで開催します。

※当日は、17時まで市民体育館の一般利用はできません(トレーニングジムを除く)。
 と ころ 市民体育館
 ※今年度の体力測定は10月28日(土)のぬまづ歯っぴー健康フェスタ2017(サンウェルぬまづ)で開催します。

■スポーツテンカ体験

時 間 10時～12時
 対 象 市内の小学3～6年生
 定 員 80人(申し込み多数の場合は抽選)
 申込方法 9月20日(火)までに、市ホームページにある所定の用紙を市民体育館に直接または電子申請で

スポーツ テンカ!

スポーツテンカとは
 芸能人ナンバーワンアスリートと評されるペナルティ・ワッキーさんのプロデュース・監修のもとに開発されたニュースポーツです。ルールは簡単、「とれば、かち!」。二人一組で向かい合ってボールを投げあい、取った人にポイントが入ります。予選を勝ち抜くと最後にワッキーさんと対戦ができます。



■ニュースポーツ体験

ニュースポーツとは、20世紀後半以降に開発された新しい競技です。レクリエーションの一環として気軽に楽しめることを目的としており、勝敗にこだわらず、幅広い世代が参加できる種目が多いことが特徴です。当日はスラックライン、ストラックアウト、カローリング、ディスクゲッターなど15種類以上のニュースポーツを楽しめます。

■武道体験

エアロビ柔道、剣道、武術太極拳、ダンススポーツの選手と一緒に、武道を楽しく体験できます。



■障がい者スポーツ体験

パラリンピック公式競技であるボッチャやフライングディスクなどの障がい者スポーツ、車いすの体験等ができます。

■加藤学園チアリーダー部パフォーマンス

世界で活躍する加藤学園チアリーダー部による演技が行われます。
 時 間 12時15分～12時45分

ワールドクラスの演技をご覧ください!



■アスクラロ沼津の選手も参加するバブルサッカー

サッカー未経験者でも、みんなで楽しく遊べるバブルサッカー。仲間や家族などで、汗を流してみませんか。
 アスクラロの選手たちとのリフティング対決も開催します。
 時 間 13時～15時



当日は市民体育館全体でスタンプラリーを開催! スタンプを集めて、ワッキーさんやアスクラロ沼津の選手のサイン入りグッズなどを当てよう!

■カローリング大会(会場:戸田B&G海洋センター)

氷上ではなく室内でカーリングができるように考案されたニュースポーツであるカローリングはチーム内のコミュニケーションが大切です。楽しく上位を目指しましょう!
 小学生以上3人のチーム編成(登録人数は3～5人)で参加できます。
 申込方法 9月20日(火)までに、市ホームページにある所定の用紙を戸田B&G海洋センターまたは市民体育館に直接

体育館に集合!ぬまづ健康スポーツ祭

☎スポーツ振興課
☎055-922-7205