

10月18日 日

AM 9:20～

順次実施

※種目ごとに時間が異なります。

令和8年度 寿 スポーツフェスティバル

会場：寿体育館

「健康」こそ人生のかけがえのない資産です！
秋の1日、地域の仲間と一緒に汗を流しませんか？

◆ 競技の詳細や申し込み方法については、ウラ面をご覧ください。◆



実施内容

参加無料！

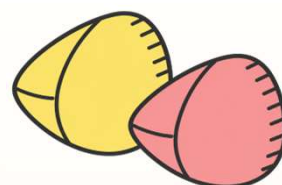
1 秋のウォーキング大会

コース上に設置したスタンプを
すべて集めると、
クオカード500円分
プレゼント！



2 フラバールバレー (体験)

三角形のボールで楽しむ、ちょっと
変わったバレー！初めての方でも
スタッフが丁寧に
サポートします。



競技にたくさん参加すると
いいことがあるかも？

3 卓球 (体験)

初心者大歓迎！

スタッフが参加者の実力
に合わせてサポートします。



4 ストライクナイン・ ナインビンゴ・ だるま落とし

昨年大好評の
ゲームコーナー！



※ 雨天時は「ウォーキング大会」のみ中止(その他は開催します)

お問い合わせ
お申し込み先

松本市 寿公民館

受付時間：平日 9:00～17:00

電話 0263(58)2038

FAX 0263(85)1099

メール kotobuki-k@city.matsumoto.lg.jp

※ウォーキング大会の申し込みについては、別に配布される大会専用チラシをご覧ください。

1 ウォーキング大会

※要 事前申し込み

実施時刻	受付:9:20~9:40 スタート:10:00 最終ゴール:12:30
集合場所	寿公民館前
参加資格	寿地区在住の方 (9歳以下は保護者同伴)
定員	定員無し ※当日参加はできません

毎年恒例のウォーキング大会！
別途配布のチラシ表面にある申し込みフォーム、または寿公民館まで電話でお申し込み下さい。

3 卓球 (体験)

当日参加
OK！

実施時刻	10:00~14:30
会場	寿体育館
持ち物	体育館履き ※用具のレンタルあります

用具の貸し出しがあるので、手ぶらで参加もOK！
受付後に担当者からレクチャーを受けた上で参加していただきます。

2 フラバールバレー (体験)

当日参加
OK！

実施時刻	10:00~14:30
会場	寿体育館
持ち物	体育館履き

フラバールバレーとは？

おにぎり型の変形ボールを使ったバレーボール。ルールは通常のバレーとほぼ同じですが、ボールが柔らかく動きもゆっくりなので、初心者でも気軽に楽しめます。



受付後に担当者からレクチャーを受けた上で参加していただきます。

4 ストライクナイン・ ナインビンゴ・ だるま落とし

当日参加
OK！

実施時刻	10:00~14:30
会場	寿体育館
持ち物	体育館履き

狙って、投げて、そろえて…いろいろなゲームが楽しめます！
各種目にいる担当者がルールを説明しますので、お好きな種目でご参加下さい。

※ウォーキング大会については大会専用のチラシを別途配布しています。コースや参加方法などの詳細はそちらをご覧ください。
※ウォーキング中は館内にて体育館履きをお預かりします。希望する方は申し出て下さい。

＼ キッチンカーがやってくる！ ／

※小銭のご用意をお願いします

ソースカツサンド、豚ローメンまん、
ドリンク など …「どん麺」様
五平餅、ドリンク など …「kitchen_car_bzu」様



スポーツの合間に、
お昼ごはん、
できたてグルメをどうぞ！