

2022

# ファミリー

# スポーツ

# カーニバル

参加無料

事前予約不要

ニュースポーツを  
体験しよう!

クップって  
どんなスポーツ  
かしら?

抽選会も  
楽しみだね!

日時 令和4年9月18日(日) 9:00~12:00  
13:00~15:30

会場 松本市総合体育館 松本市美須々5-1  
TEL.0263-32-1818

はぐくむ心と身体 深める家族のきずな

さまざまなスポーツにふれあうことで、自分の新たな可能性を発見し、  
家族や友だちとの絆を深めよう!

デモンストレーション ①10:30~ ②14:00~

競技  
実演 **スラックライン**



スラックラインラバース大町

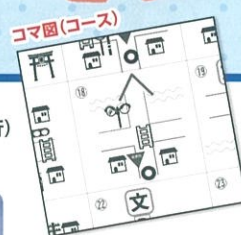
**ウォークラリー** (小雨決行)

●集合場所/玄関前 ●集合時間/13:00



参加組数限定

当日受付(12:45~)



目印や記号などが書かれたコマ図(コース図)をたよりに、チェックポイントを通りながらゴールを目指し、設定時間とゴール時間との差による「時間得点」とクイズなどの「課題得点」の合計で競います。

どっちに進む?  
右?左?  
まっすぐ?



主催/松本市、松本市スポーツ推進委員協議会

主管/ファミリースポーツカーニバル実行委員会

協力/ミスノ株式会社、ミスノスポーツサービス株式会社、サンスポートまつもと、SlacklineLOVERS♡大町、松本大学

駐車場に限りがございますので、公共交通機関もご利用ください。

何がもらえるかな？



## パパ、ママ、友だちと体を動かして、もっと健康になろう！

### 1 <レクリエーション体験> 誰でも気軽にできるレクリエーション

カンタンルールのレクリエーションを体験しよう！  
①9:20~12:00 ②13:00~15:30

### 2 <ニュースポーツ体験> クッブ体験

木を投げる競技「クッブ」を体験しよう！  
①9:20~12:00 ②13:00~15:30



### 3 <ニュースポーツ体験> モルック体験

フィンランドの伝統的なゲーム「モルック」を体験しよう！  
①9:20~12:00 ②13:00~15:30

### 4 <ニュースポーツ体験> スラックライン教室

スラックラインを体験しよう！  
①9:20~12:00 ②13:00~15:30

### 5 <ニュースポーツ体験> ワンバウンドふらばーるバレー (午前のみ) 9:20~12:00

おむすび型のボールでワンバウンドバレーボール！

### 6 <ニュースポーツ体験> 皿回し、スカットボール 他 (午後のみ) 13:00~15:30

ニュースポーツを体験しよう！

### 7 飛び箱、マット教室 指導/ミズノスポーツサービス

ミズノスポーツサービスによる飛び箱、マット教室を実施します！

**飛び箱教室** ①11:00~11:45 ②14:30~15:15  
**マット教室** ①10:00~10:45 ②13:30~14:15

### 8 体力測定 (午前中のみ) 9:20~12:00

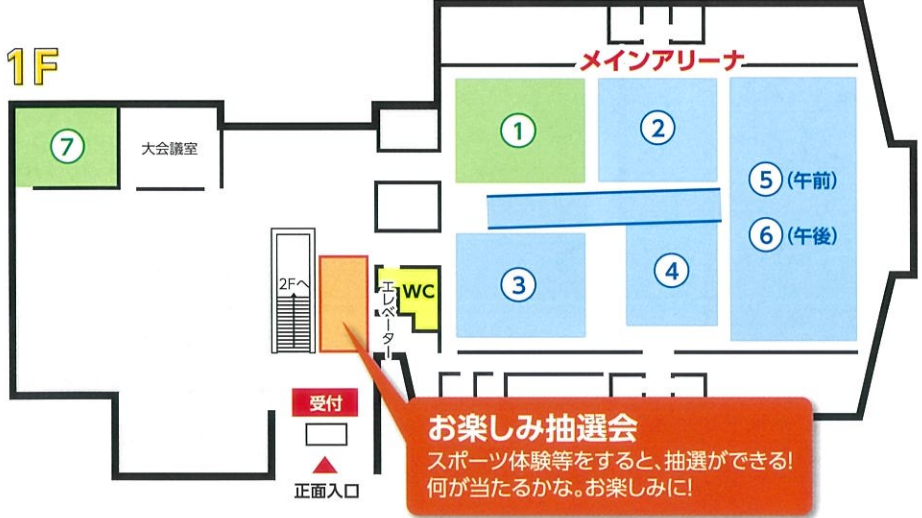
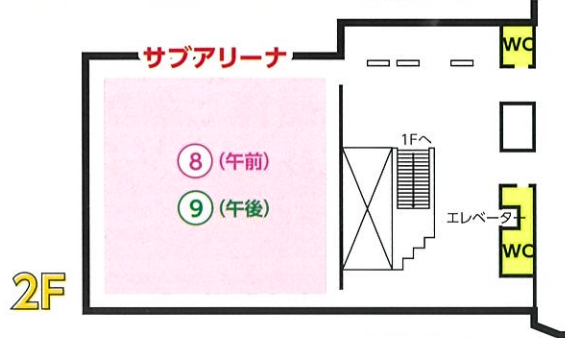
文部科学省制定の新体力測定を基に体力測定を実施します。

**64歳以下** ●血圧 ●身長 ●体重 ●握力  
●上体起こし ●長座体前屈 ●反復横飛び  
●立ち幅跳び

**65歳以上** ●血圧 ●身長 ●体重 ●握力  
●上体起こし ●長座体前屈 ●開眼片足立ち  
●10m障害物歩行

### 9 <パラスポーツ体験> ボッチャ体験 (午後のみ) 13:00~15:30

パラリンピックで話題になったボッチャを体験しよう！



タイムスケジュール	
9:00~	●開会式
9:20~	各会場においてスポーツ体験、スポーツ教室、体力測定
10:30~	●デモンストレーション① スラックラインラバース大町による競技実演
14:00~	●デモンストレーション② スラックラインラバース大町による競技実演
15:30	●終了

#### 注意事項

●保険は、主催者側で加入します。最低限の保障となりますのでご了承ください。●アリーナ内での飲食は禁止です。●敷地内全面禁煙です。●当日は必ず検温を行い、体調に不安のある場合は参加をご遠慮ください。●参加にあたってはマスクの着用と感染予防対策(手洗い、咳エチケットなど)にご協力をお願いします。●スタッフは事前に新型コロナ検査実施済みですので安心してご参加ください。●新型コロナウイルスの感染状況により、内容が変更となる場合があります。また、安全に開催することが困難と判断した場合は、中止となる場合がありますのでご了承ください。

お問い合わせ

ファミリースポーツカーニバル実行委員会事務局

〒390-0801 松本市美須々5-1 松本市文化観光部スポーツ推進課内 FAX.0263-45-1024

TEL.0263-45-9511