

初心者OK! スポーツ体験教室



富士総合運動公園

富士体育館

富士川体育館

陸上競技場

陸上記録会 (50m・100m)

小学生以上

日本陸連2種公認陸上競技場で自分の記録に挑戦しよう!
 時 間 /100m▶13:00~(受付/12:30から)
 50m▶14:00~(受付/13:30から)
 内 容 /50m・100mの記録測定
 問い合わせ/富士市陸上競技協会
 鈴木 TEL.21-3801

弓道場

青空ベンチプレス

小学生以上

ベンチプレスが何キロ上がるか挑戦してみよう!
 ベンチプレスランギングも行うので力自慢の方もぜひ!
 時 間 /10:00~11:30 (受付/10:00から)
 内 容 /ベンチプレス体験・記録会
 問い合わせ/富士市パワーアップ協会
 福島 TEL.64-0281

弓道場

弓道体験教室

小学生以上

的に向かって矢を射る楽しさを体験しよう。
 時 間 /10:00~11:50 (受付/10:00から)
 内 容 /アースの巻取り説明
 実践時「矢をつ放さないで弓を引く」
 的前で射撃
 問い合わせ/富士市連射協会
 中嶋 TEL.090-1561-7688

スポーツを楽しもう!

◎できるだけ事前にエンジョイスポーツデーの申込みをお願いします。
 (入場制限を行う場合があります。)
 ◎教室によって準備が必要です。
 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。

富士柔剣道場

富士柔剣道場

初級柔道教室

小学生以上

柔道の受け手を教えます。
 興味のある方、どうぞ来てください。
 時 間 /10:00~11:00 (受付/9:50から)
 内 容 /受け身・初級運動
 問い合わせ/富士市柔道協会
 齋藤 TEL.090-1985-0729

運動広場

グラウンド・ゴルフ交流体験教室

小学生以上

いつでも、どこでも、だれでも!生涯スポーツ「グラウンド・ゴルフ」を楽しみましょう。
 時 間 /10:00~11:30 (受付/9:45から)
 内 容 /体験型ゲーム
 問い合わせ/富士市グラウンド・ゴルフ協会
 佐藤 TEL.090-4187-9714

庭球場 Aコート

ソフトテニス体験教室

小学生以上

いつでも、どこでも、誰でもできるソフトテニス!
 一緒に目標を達成しませんか?
 時 間 /10:00~11:45 (受付/9:45から)
 内 容 /ソフトテニスの基本
 問い合わせ/富士ソフトテニス協会
 深沢 TEL.090-9929-9845

庭球場 Cコート

テニス教室

小学生以上

運動不足、ストレス解消にテニスをしてませんか?
 時 間 /10:00~11:45 (受付/9:45から)
 内 容 /テニスの基本
 問い合わせ/富士市テニス協会 (WTC)
 TEL.88-9042

体育室

インディアカ教室

小学生以上

パドミントンコートにて、大きな羽根を手で打ち、少し汗をかくスポーツを体験してみませんか。
 時 間 /13:00~15:00 (受付/12:50から)
 内 容 /インディアカ体験
 問い合わせ/富士市インディアカ協会
 仲原 TEL.090-4441-8220

体育室

ファミリーバドミントン体験教室

小学生以上

ファミリーバドミントンを通じて友達を作りましょう。
 運動不足の方、ストレス解消にぜひ参加しましょう。
 時 間 /13:00~11:30 (受付/9:45から)
 内 容 /ルールからゲームまでの体験
 問い合わせ/富士市ファミリーバドミントン協会
 福島 TEL.080-5110-9385

体育室

卓球体験教室

小学生以上

初心者の方も大歓迎です。
 気軽に楽しんでみませんか!
 時 間 /13:30~14:45 (受付/13:15から)
 内 容 /基本・基本技術およびラリー
 (行撃・強打練習)
 問い合わせ/富士市卓球協会
 長尾 TEL.090-8549-8274

体育室

初心者フットサル体験

小学生以上

初心者向けのフットサル体験です。
 性別・経験・未経験問わず、フットサルをみたい方はぜひ参加してください。
 時 間 /10:00~11:45 (受付/9:45から)
 内 容 /初心者向けのフットサルゲーム
 問い合わせ/富士フットサル協会
 太田 TEL.090-9890-7042

体育室

ソフトバレーボール教室

小学生以上

ボール遊びからゲームにチャレンジ!
 ゲームで楽しく、いい汗がながましょ!
 時 間 /13:00~14:45 (受付/12:45から)
 内 容 /ソフトバレーボールのゲーム
 問い合わせ/富士市バレーボール協会
 浅田 TEL.63-4144

体育室

合気道体験教室

小学生以上

武道初心者大歓迎!合気道を体験してみませんか。
 時 間 /13:30~14:30 (受付/13:15から)
 内 容 /合気道の基本技術
 (行撃・強打練習)
 問い合わせ/富士合気道協会
 玉田 TEL.090-1625-3786

体育室

空道教室 初開催

小学生以上

個人の目的に合わせて無理なくなどでも安心して楽しむことができます。
 運動不足、ストレス解消、ぜひご参加ください。
 時 間 /10:00~11:30 (受付/9:45から)
 内 容 /基本・基本技術・ラダー・ミット練習・受身・ディフェンス
 (行撃・強打練習)
 問い合わせ/富士市空道協会 高橋 TEL.080-3482-7641

体育室

空道(くうどう)とは

現実の闘争を想定した21世紀生まれの打撃系総合武道です。
 様々な攻撃が認められる実践的ルールですが、強さだけを追求するのはなく、武道としての「社会性」、指定補助具やルール整備による競技としての「安全性」を兼ね備えています。

剣道場

なぎなた体験教室

小学生以上

日本の伝統的な武道の一つ、なぎなたを体験してみませんか。
 正しい姿勢で大きな踏み、礼法等のこなしを体験できます。
 時 間 /10:00~11:45 (受付/9:30から)
 内 容 /なぎなたの礼法・振り方・打ち方・リズムなぎなた
 問い合わせ/富士なぎなた協会
 松田 TEL.52-1119

剣道場

スポーツチャンバラ体験会

小学生以上

剣を刺してストレス発散!
 ご家族3代でも楽しめます!
 時 間 /13:00~15:00 (受付/13:00から)
 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

体育室C

空手道教室

小学生以上

運動不足の方、空手の基本にぜひ参加し、学んでください。
 時 間 /10:30~11:55 (受付/10:25から)
 内 容 /基本・基本技術・空手・腕力・礼儀など
 問い合わせ/富士空手連盟 井上 TEL.090-6084-7972

体育室C

ダーツ体験教室

小学生以上

年齢・性別・体性に関係なく楽しめるスポーツです。
 時 間 /9:30~11:30 (受付/9:20から)
 内 容 /ダーツ基本・ゲーム
 問い合わせ/ふじかわ体育振興会
 古木 TEL.090-5602-4954

富士市民

だれもが・いつでも・どこでも、いつまでも!
 スポーツをエンジョイ!

エンジョイスポーツデー

令和4年 10月8日 土曜日

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。

「青空ヨガ」開催

〔時間〕◎11:00~12:00
 ◎13:00~14:00
 ※詳しい情報は中面をご覧ください。

富士総合運動公園 陸上競技場

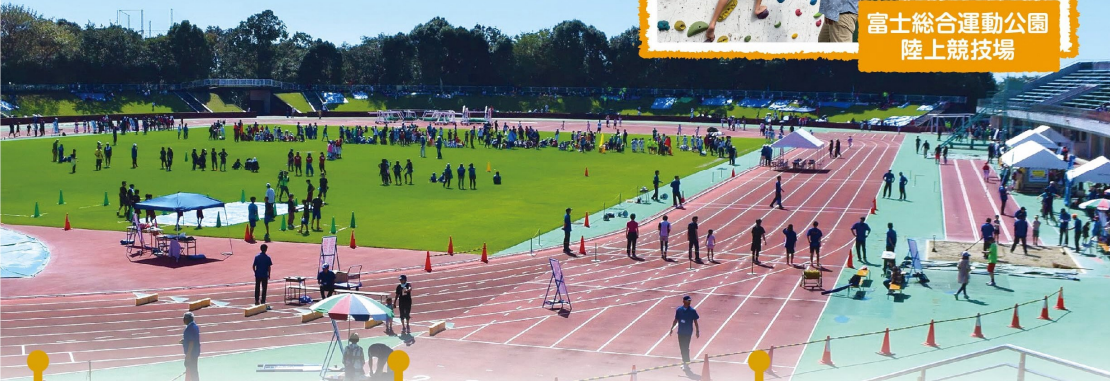


総合運動公園を中心にさまざまなスポーツイベントが開催されます。
 新しい生活様式のもとでスポーツを楽しみましょう!

「ボルダリング」体験

〔時間〕10:00~15:30
 ※詳しい情報は中面をご覧ください。

富士総合運動公園 陸上競技場



スポーツを楽しもう!

18種類のスポーツ体験教室のほかに青空ヨガ、バーチャルサイクリング体験、ボルダリングなど、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と確認して、楽しく運動しましょう!

自分の体を知ろう!

無料体力測定や血管年齢測定などを実施します。測定結果を参考に、今後の運動習慣を見直してみませんか?

要事前申込

参加予定の方は9月30日(金)までに富士市ウェブサイトから電子申請するか、申込書をメールまたはFAXで文化スポーツ課へ提出してください。当日参加も可能ですが、受付時の混雑を避けるため、できるだけ事前申込をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、開催を中止する場合があります。
 ※入場の際に健康状況の確認を行います。1週間前から体調管理を行い体調不良や発熱がある場合は参加を控えてください。

主催 富士市 協力 (公財)富士市振興公社・富士市スポーツ協会・富士市スポーツ推進委員会・富士市食生活推進委員会・富士市食育推進事業実行委員会・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・レパテンツ静岡・ベルテックス静岡

問い合わせ 富士市民部文化スポーツ課
 TEL.0545-55-2876
 mail:si-bunspo@div.city.fuji.shizuoka.jp

↓富士市ウェブサイト