

回 覧



参加無料
申込不要

スポーツレクリエーション フェスティバル KIKUGAWA 2022

き く が わ

にちじ

日時

11/6 日

8:30~11:30
11:00最終受付

かいじょう

会場

おがさセントラルパーク
(菊川市下平川6225)

う てん ちゅう し
雨天中止

【主催】 菊川市教育委員会
【主管】 菊川市スポーツ推進委員

※中止の場合は菊川市ホームページ、茶こちゃんメール、dボタン(静岡朝日テレビ)、各種SNS(Facebook、Instagram、Twitter)にてお知らせいたします。

スポーツレクリエーション

イベント

あつ
スタンプを集めよう!

じぶん きろく し ともだち かぞく み あ
自分の記録を知って友達や家族と見せ合おう!



かず けいひん ちが
スタンプの数によって景品が違うよ。

しゅもく ちょうせん
たくさんの種目に挑戦(チャレンジ)してみてね!

問合せ先

菊川市教育委員会社会教育課(菊川市中央公民館内)
菊川市下平川 6225 ☎(0537)73-1118

スポーツレクレーション種目紹介

まも
ルールを守って
たの
楽しもう！



ポッチャ

ちゅうしん
「サークルシート」の中心を
ねら たま した な
狙って、球を下から投げるか、
ころ
転がす。

きゅうな てんすう
6球投げ、点数を
きろく
記録する。



スカイクロス

な い
リングを投げてコーンに入れる
あ
か、当てる。

まいな てんすう
3枚投げ、点数を
きろく
記録する。



サッカードリブル

け
サッカーボールを蹴りながら、

コーンをジグザグに
はし おうふく しかん
走り、往復の時間を
きろく
記録する。



ディスクゲッター

な まと め
ディスクを投げて的を抜く。

かいな
12回投げ、
め まいすう
抜いた枚数を
きろく
記録する。



せんめんき てだまな 洗面器お手玉投げ

てんすう ちが こ せんめんき
点数が違う5個の洗面器に

こ てだま な
5個のお手玉を投げ、
ごうけいてんすう
合計点数を
きろく
記録する。



なわ 縄くぐり

たか ちが ほん なわ した からだ
高さの違う二本の縄の下を、体を
を
反らしてくぐる。

まえ
前かがみや、
ぜんしん
ほふく前進でもOK。



そう 25m走

スタートラインから

ゴールラインまでの

しかん はか
時間を測り

きろく
タイムを記録する。



かたあし だ バランス片足立ち

め あ かたあし あ
目を開けたまま片足を上げる。

さいだい びょう
最大120秒。
びょうすう きろく
秒数を記録する。



フラフーフ

あいず あと こし
スタートの合図の後、腰で

まわ
フラフーフを回す。

さいだい びょう
最大60秒。

びょうすう きろく
秒数を記録する。



わ な 輪投げ

だい な
台におかって、リングを投げる。

ほんな
9本投げて

はい かず
入ったリングの数を

きろく
記録する。



©菊川市

健康マイレージ
スタンプポイント対象