



# スポーツパレス便り

No. 399

富山県総合体育センター

1日まるごと  
スポーツ体験♪

# スポーツフェスティバル 2020

10/11日

時間 9時～16時

場所

富山県総合体育センター  
富山県空港スポーツ緑地

## アクティブキッズプロジェクト

小学生のみんな集まれ!親子での参加もOK!  
運動が嫌いな子も運動が苦手な子も大歓迎!

## 記 録 会

- 水泳フリー記録会

## 体組成測定・姿勢解析

- 5minフィジカルチェック  
～あなたのカラダをリライト!～

## スポーツ体験コーナー

- バドミントン体験コーナー
- トランポリン体験コーナー
- バスケットボール体験コーナー
- 卓球体験コーナー
- ビーチボール体験コーナー
- ビリヤード体験コーナー
- ビームライフル体験コーナー
- ちびっ子アクティブ運動会

## 施設無料開放

- トレーニング室開放
- テニスコート開放

## ス ポ ー ツ 相 談

- トレーニング相談
- スポーツクリニック

感染症感染拡大防止対策へのご協力を  
お願いします。



詳しい内容は次頁をご覧ください

# スポーツフェスティバル2020 イベント案内

イベント名	開催時間	イベントの主な内容	参加方法	申込場所等
-------	------	-----------	------	-------

## ▼大アリーナ

アクティブチャイルドプログラム(ACP)を活用した運動遊び促進事業 <b>アクティブキッズプロジェクト</b>	10:00~12:00	運動遊びの中から、体を動かす能力を身に付け、体を動かすことの楽しさやよろこびを与え、体を動かすことが好きな子どもを育てていくプログラムです。運動が嫌いな子、苦手な子、大歓迎です。	<b>対象:小学生</b> ※事前申込 定員50名	<b>事務室</b> ※電話にてお申込ください。
トランポリン体験コーナー 卓球体験コーナー バドミントン体験コーナー	13:00~16:00	スタッフの指導で初歩の演技にチャレンジできる！補助具を付けて初心者でも高いジャンプや宙返りも！ 「卓球」「バドミントン」を自由に楽しめるコーナーですラケットなどの用具も貸し出します	<b>参加自由</b>	

## ▼中アリーナ

バスケットボール体験コーナー ビーチボール体験コーナー	9:00~12:00 13:00~16:00	「バスケットボール」「ビーチボール」を自由に楽しめるコーナーです	<b>参加自由</b>	
--------------------------------	---------------------------	----------------------------------	-------------	--

トランポリン体験コーナー



ビーチボール体験コーナー



イベント名	開催時間	イベントの主な内容	参加方法	申込場所等
-------	------	-----------	------	-------

## ▼小アリーナ

ビームライフル体験コーナー	9:00~12:00 13:00~16:00	協会スタッフのアドバイスで高得点を狙おう！	<b>参加自由</b>	
---------------	---------------------------	-----------------------	-------------	--

## ▼スポーツラウンジ

ビリヤード体験コーナー	9:00~12:00 13:00~16:00	ビリヤードを自由に楽しめるコーナーです協会スタッフのアドバイスも受けられます 運動機能の専門職＝理学療法士・健康運動指導士が、体組成測定とAI技術を用いた姿勢解析システムでカラダの中と外からチェック&アドバイス！	<b>参加自由</b>	
-------------	---------------------------	---	-------------	--

ビームライフル体験コーナー



ビリヤード体験コーナー



# 1日まるごとスポーツ体験♪

イベント名	開催時間	イベントの主な内容	参加方法	申込場所等
-------	------	-----------	------	-------

## ▼第1トレーニング室 ※内履きシューズをご持参ください

トレーニング室開放	9:00~12:00 13:00~16:00	トレーニング室を無料で開放します ※時間内同時利用可能人数30名	無 料 (注)小学生は保護者同伴	
トレーニング相談		目的に応じたトレーニング方法をスタッフがアドバイスします	参加自由	
スポーツクリニック	14:00~16:00	スポーツ障害やトレーニング方法等のスポーツに関する様々な悩みにスポーツドクターが相談に応じアドバイスします	事前申込 ※当日可	トレーニング室

## ▼50m温水プール

水泳フリー記録会	10:00~16:00	あなたの記録を自動計時装置で計測し記録証を授与します	事前申込 ※当日可	温水プール 受付
----------	-------------	----------------------------	--------------	-------------

トレーニング室開放



水泳フリー記録会



イベント名	開催時間	イベントの主な内容	参加方法	申込場所等
-------	------	-----------	------	-------

## ▼空港スポーツ緑地陸上競技場

ちびっ子 アクティブ運動会	9:00~12:00 13:00~16:00	いろいろな遊具で運動遊びの体験ができる広場です 鬼ごっこやかけっこで走る力も育みます	当日申込	陸上競技場
---------------	---------------------------	---	------	-------

## ▼空港スポーツ緑地テニスコート

テニスコート開放	9:00~12:00 13:00~16:00	テニスコートを無料で開放します	無 料	
----------	---------------------------	-----------------	-----	--

ちびっ子アクティブ運動会



テニスコート開放



お申し込み、お問い合わせ

**富山県総合体育センター**  
**富山県空港スポーツ緑地**

富山市秋ヶ島183 TEL.076-429-5455  
URL <http://www.sportsnet.pref.toyama.jp/member/sougou/>  
富山市秋ヶ島287 TEL.076-429-7129  
URL <http://smilepark.net>

## 感染症感染拡大防止対策について

- ※当日は正面出入口1箇所のみとなります
- ※体温計測（非接触型）にご協力ください
- ※各イベント受付にて氏名と連絡先のご記入をお願いいたします

**MAKE  
TOYAMA  
STYLE**  
BEYOND CORONA WITH US

マナーとエチケットに留意し感染防止対策の徹底にご協力ください

# 10月の主な利用予定

**MAKE  
TOYAMA  
STYLE**  
BEYOND CORONA, WITH US

※予定の追加や変更が予想されるので、ご利用の際は(076)429-5455にご確認願います。

また、ホームページ <http://www.sportsnet.pref.toyama.jp/> の「施設利用申し込み」でも確認できます。

【9/18現在】

## ■ 大アリーナ

1(木) / 3(土) / 8(木) / 15(木) / 22(木) / 24(土) / 29(木) 富山卓球協会強化練習会  
4(日) 富山大学バレーボール同好会  
5(月) 富山市医師会看護専門学校  
10(土) 富山卓球協会富山県団体卓球選手権大会  
**11(日) スポーツフェスティバル2020**  
17(土) 富山県ビーチボール協会富山県健康保険ビーチボール大会  
19(月) 富山県人事委員会  
28(水) 富山県バレーボール協会競技者育成プログラム  
31(土) 第68回秋季北信越大学バレーボール選手権大会

## ■ 中アリーナ

1(木) / 8(木) / 15(木) / 22(木) / 29(木) (一財)富山県バスケットボール協会強化練習会  
3(土) 富山卓球協会強化練習会  
7(水) / 14(水) / 21(水) 富山県バレーボール協会競技者育成プログラム  
**11(日) スポーツフェスティバル2020**  
31(土) 富山卓球協会大阪OP県予選(ホープスの部)



## ※ランニング走路が利用できない日、および時間

3(土)〈8:00~18:00〉 4(日)〈9:00~17:00〉 5(月)〈13:00~16:00〉 10(土)〈8:00~21:00〉 11(日)〈8:00~19:00〉  
17(土)〈8:00~17:00〉 19(月)〈8:00~20:00〉 24(土)〈8:00~17:00〉 30(金)〈18:00~21:00〉 31(土)〈8:00~21:00〉

## ☆☆10月の《ファミリースポーツタイム》☆☆

今月のファミリースポーツタイムはございません。 ※ファミリースポーツタイム以外の一般利用についてはお問い合わせください。

## ■ 小アリーナ

1(木) / 8(木) / 22(木) / 29(木) ピラティス (10:00~11:00)  
5(月) / 19(月) ハラウマウエア (13:30~15:30)  
7(水) / 14(水) / 21(水) / 28(水) リラックスヨガ (10:00~11:00)  
10(土) スポーツフェスティバル準備 (17:00~21:00)  
**11(日) スポーツフェスティバル2020**  
21(水) カレファブアケア (11:00~13:00)

## ■ 50m温水プール

**11(日) スポーツフェスティバル2020**  
富山県水泳連盟競泳合宿のため  
17(土) 一般開放は〈11:00~14:30 / 16:30~20:00〉となります  
18(日) 一般開放は〈11:00~14:30 / 16:30~18:30〉となります  
富山県高等学校新人水泳競技大会(競泳)のため  
25(日) 一般開放はありません  
セミナー水泳ジュニア (月)(水)(土)〈18:00~20:00〉

## ■ 測定室

3(土) (PM)個人  
4(日) (PM) TOYAMAアスリートマルチサポート事業  
24(土) (AM/PM) TOYAMAアスリートマルチサポート事業  
25(日) (AM/PM) TOYAMAアスリートマルチサポート事業  
31(土) (AM/PM) TOYAMAアスリートマルチサポート事業

## ■ 飛込温水プール

5(月) / 7(水) 富山県消防学校  
17(土) / 18(日) 富山県水泳連盟女子水球  
25(日) 富山県高等学校新人水泳競技大会(飛込)  
セミナー水球ジュニア (月)(水)(金)〈18:30~20:30〉  
セミナーアーティスティックスイミング  
(水)〈17:00~18:30〉 (木)〈17:30~19:00〉 (土)〈16:30~18:00〉

## ■ トレーニング室/会議室/大研修室/中研修室/小研修室/宿泊

利用については、お問い合わせください

## 【休館日…6(火)、13(火)、20(火)、27(火)】

### ◇富山県総合体育センターの営業時間◇

平日 / 土曜 9:00~21:00  
日曜 / 祝日 9:00~19:00

### ※温水プールおよびスポーツサウナは

平 日 14:00~20:00  
土 曜 10:00~20:00  
日曜 / 祝日 10:00~18:30

## スポーツクリニックのお知らせ

スポーツ障害でお悩みの方に日本スポーツ協会公認  
スポーツドクターがアドバイスいたします。

### ● 整形外科系スポーツ障害相談日(無料) 10月11日(日)14:00~16:00

スポーツによる腰・膝・肩などの痛み、ケガ等の治療方法やトレーニング処方、スポーツ障害の予防法の相談  
競技者を対象に、スポーツドクター・運動生理学専門指導者の立ち会いのもと、最大酸素摂取量やLT値測定を実施し、  
測定結果の説明と今後のトレーニング方法についてアドバイスします。

### ● 内科系スポーツ障害相談日(無料) 10月24日(土) / 10月31日(土)14:00~17:00

スポーツによる内科的症状(動悸・息切れ・頭痛・胸痛など)や内科的障害をもつ方のスポーツ処方の相談

### ● 呼吸循環器系機能測定日(有料) 10月24日(土) / 10月31日(土)14:00~17:00 (一般1,070円 児童540円)

競技者を対象に、スポーツドクター・運動生理学専門指導者の立ち会いのもと、最大酸素摂取量やLT値測定を実施し、  
測定結果の説明と今後のトレーニング方法についてアドバイスします。

**お申し込みは、トレーニング室へ 076-429-5455(代)**

スポーツパレス便り No.399 令和2年9月25日 印刷:いおざき印刷(株)

発行:富山県総合体育センター / 〒939-8252 富山市秋ヶ島183 tel (076)429-5455

URL : <http://www.sportsnet.pref.toyama.jp/member/sougou/index.html> E-mail : [palace@sportsnet.pref.toyama.jp](mailto:palace@sportsnet.pref.toyama.jp)

