



# つなごう

# 市民大運動会

みんなで楽しく体を動かしませんか？



**10月1日(土) 雨天順延 2日(日)**



**緑ヶ丘公園陸上競技場**

## 〈プログラム〉

- 9:00～ 9:30 **自由** 開会式
- 9:30～13:00 **自由** 体力測定
- 自由** スポーツフレンドパーク
- 9:45～10:15 **先着** パン食い競走
- 10:25～10:55 **事前** チーム対抗大玉転がし
- 11:00～12:00 **事前** チーム対抗リレー予選
- 11:00～12:20 **事前** ヒューマンサッカー
- 13:10～13:40 **自由** マーチングバンド演奏
- 13:45～14:15 **事前** チーム対抗リレー決勝
- 14:20～14:50 **自由** クイズ大会
- 15:00～ **自由** 閉会式

※展示コーナー(9:00～15:30)

※飲食店ブース(9:00～15:30)

**自由** 誰でも当日自由に参加できます。

**先着** 当日先着募集します。(400名限定)

**事前** 事前に申込を募集します。原則当日参加はできません。

6つの種目を測定するとその場であなたの**体力年齢**がわかります！普段はなかなか分からない自分の体力を知ってみませんか？

スポーツフレンドパークはスタンブラリー形式で6つの種目を実施します！スタンプを集めて豪華賞品をゲットしませんか？

ヒューマンサッカーは子どもから高齢者、障がいのある方まで、誰でも参加できるじゃんけんゲームです！きれいな芝生の上でぜひ楽しみませんか？

芝生一杯を使って迫力あるマーチング演奏を披露してくれるのは…**駒大苫小牧高校吹奏楽局**のみなさんです。ぜひご覧ください！(1日のみ)

スポーツ都市宣言50周年にちなんだ**〇×クイズ**です！あなたは何問正解できますか？

お菓子や日用品など、**参加者全員に当たる賞品もご用意**

## 〈会場図〉



## 参加者大募集

- チーム対抗大玉転がし／8人1チーム
- チーム対抗リレー(100m×4)／4人1チーム
- ヒューマンサッカー／10人1チーム

申込用紙配布先／市内スポーツ施設、市役所HP、スポーツ推進室

申し込み先／スポーツ推進室まで持参 or 郵送or FAX (9月23日締切)

主催／「つなごう スポーツ大作戦」苫小牧市スポーツ都市宣言50周年記念事業実行委員会

お問合せ／〒053-8722 苫小牧市旭町4丁目5番6号 市役所8階 スポーツ推進室  
TEL 0144-34-9601 FAX 0144-34-7717 <当日>陸上競技場 TEL 0144-33-5533

申込用紙及び詳細はコチラ！



# 参加者大募集中!!

※9月23日(金)締切

## チーム対抗大玉転がし

- ・8人1チーム(先着24チーム)
- ・対象制限なし

1レース4チームが大玉を転がし、リレー形式でタイムを競います。大玉は2人1組で転がします。トラック1周400メートルを4地点に分け、各地点から4チームがスタートし、次の地点で次の組と交代してゴールまで走ります。

## チーム対抗リレー

- ・4人1チーム(4名+補欠1名)
- ・小学生の部/小学生対象
- ・一般の部/中学生以上対象

1人あたり100メートル、チームをあわせて400メートル(トラック1周)を走行します。チーム数に応じて1レース最大8チームによる予選を行います。予選より勝ち上がった8チームによって決勝戦を行います。

## パン食い競走

先着400名限定!! 当日8:00より受付を開始します!

## ヒューマンサッカー

- ・10人1チーム(先着16チーム)
- ・対象制限なし

攻撃・守備チームに分かれじゃんけんを行い、3分間に何ポイント獲得できるか競います。(同点の場合はキャプテン同士のじゃんけん)

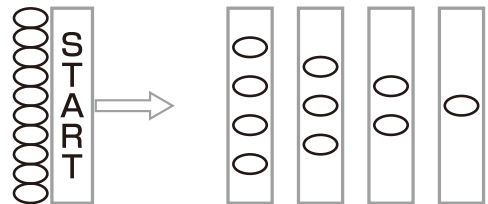
### 【攻撃チーム】

守備チームの1列目とじゃんけんをします。勝ったら2列目、3列目と順番にじゃんけんを行い、負けたら1列目からやり直します。最後まで(4連続)勝ち続ければ1点となります。

### 【守備チーム】

ボーリングのピンを反対にしたような形で4列になって並びます。

攻撃チームとじゃんけんを行い、最後の人(4列目)が負ければ1失点となります。



## 申込用紙

参加種目(○で囲む)	チーム名				
チーム対抗大玉転がし	代表者名(ふりがな)				
チーム対抗リレー/小学生の部	代表者連絡先	住所			
チーム対抗リレー/一般の部		電話			
ヒューマンサッカー		PCメールアドレス			
※複数種目申込の際はコピーしてお使い下さい。 ※チーム対抗リレーとヒューマンサッカーの重複申込は出来ません。	参加者名簿	1	フリガナ氏名	6	フリガナ氏名
		2	フリガナ氏名	7	フリガナ氏名
		3	フリガナ氏名	8	フリガナ氏名
		4	フリガナ氏名	9	フリガナ氏名
		5	フリガナ氏名	10	フリガナ氏名
～つなごう スポーツ大作戦～ スポーツ都市宣言50周年	チーム対抗大玉転がし 8名				
	チーム対抗リレー 4名+1名(補欠)				
	ヒューマンサッカー 10名				

申込方法 下記の申込先に持参/郵送/FAX

申込先 〒053-8722 苫小牧市旭町4丁目5番6号 スポーツ推進室(市役所8階) FAX0144-34-7717