

杖道 Jodo

- 杖道の体験
- 13時～15時
- 小学生高学年～大人（男女問わず）
- 問 濫谷 秀幸 ☎090-8499-0761
- E-mail suwajodokai@gmail.com

剣道 Kendo

- 市民剣道大会
- 13時30分（13時～受付）
- 茅野市在住・在勤・在学生
- 問 茅野市剣道協会 事務局 長田三郎 ☎090-1867-2259

自転車トライアル bicycle trial

- 自転車トライアル体験会
- 13時～15時（受付12時30分～）
- 対象：年齢不問、自転車が乗れる方、自転車に興味がある方、オフシーズンの体幹トレーニングに活用したい方など
- 申込期限：原則10月12日（日）までに申込フォーム（QRコード）からお申し込みください。
- ※当日受付も可能ですがレンタルできる自転車に限りあり
- 持ち物：グローブ（手袋）、ヘルメット
- 参加料：1人500円
- 問 岩村比呂彦 ☎090-5560-1844 E-mail yatsugatake_tateshina@rock-village.jp



お申し込みは
こちらから

陸上競技

Track & field

【リレーマラソン】

- 13時30分～
- 受付：12時30分～13時
- 陸上競技場トラック3,000m（7周半）
- チーム編成：4名以上10名までのチームとし、1人の走る距離はチームで自由。
- 対象：小学生以上とし、小学生から大人までの混成チームでの参加も可能。
- ※参加者全員に参加賞を進呈します。
- 問 小平 昌紀 ☎090-1120-0034

陸上競技場

蓼科トライアルパーク（茅野市豊平4218-1）

令和7年度コミュニティスポーツ教室（後期）

参加費 すべて無料
申込・問 スポーツ健康課（☎72-8399）

教室名	日時	定員	場所	内容
後期インディアカ教室	8月25日～11月19日 (9月15日、10月13日、11月3日を除く) 毎週月・水曜日 18時15分～21時	20名	北山小学校体育館	インディアカのルールと方法を知り、ゲームを楽しむ
ニュースポーツ教室 (初心者向け①)	9月(22日・29日)、10月6日、 11月(10日・17日)、12月(1日・8日) いずれも月曜日 19時～21時	20名	・永明小学校体育館 ・ちの地区コミュニティセンター2階 第9会議室	レクゲーム、ニュースポーツ(モルック、ラダーゲッター、ポッチャ他)
ニュースポーツ教室 (初心者向け②)	10月(14日・21日)、11月(11日・25日)、12月9日 いずれも火曜日 12時30分～13時30分	15名	ちの地区コミュニティセンター2階	ニュースポーツ教室ポッチャ、モルック、ネットバスリレー
ニュースポーツ教室 (初心者向け③)	10月16日、11月13日、12月18日 いずれも木曜日 14時～15時	20名	茅野市中央公民館 2階 講堂	ニュースポーツ教室チャレンジ・ザ・ゲーム、レクリエーションゲーム
ニュースポーツ教室	10月9日、11月13日 いずれも木曜日 19時30分～21時	20名	北山小学校体育館	日替わりでニュースポーツを楽しくプレーする
秋の登山教室 (永明寺山)	9月27日(土) 9時30分～13時	20名	永明寺山	ハイキング
ノルディックウォーキング教室	9月30日(火) 9時30分～12時	20名	吉田山市民の森	ノルディックウォーキングの使い方を知り、ウォーキングを楽しむ
守屋山登山	10月4日(土) 8時～	20名	守屋山	松尾峠より登ります
親子3B体操	11月(1日・8日) いずれも土曜日 10時～11時 対象：未就学児とその保護者	10組	茅野市中央公民館 3階 体育室	3B体操の用具(ボール、ベルト、パル)使用手あそび、指あそび、音楽に合わせて動く
諏訪湖半周ウォーク	11月8日(土) 8時～12時	30名	諏訪湖畔	諏訪湖畔を楽しくウォーキングする
健康いきいき体操	11月15日(土) 10時～11時30分	20名	玉川地区コミュニティセンター	椅子を使ってのいきいき体操

スポーツ関連情報

第47回 市民スポーツ祭

開催日 10月13日（月・スポーツの日）

主催 (特非)茅野市スポーツ協会・茅野市・茅野市教育委員会

開会式・表彰式

- 時間 8時15分～
- 場所 茅野市運動公園陸上競技場（雨天：総合体育館）
- 内容 開会宣言／国旗・市旗・協会旗掲揚／主催者あいさつ／スポーツ功労章・優秀選手表彰／来賓祝辞／選手宣誓
- ◆東海大学付属諏訪高等学校チアリーディング部 ◆大玉送り ◆玉入れ
- ◆茅野ギネスに挑戦 — 大縄跳び・10人11脚 ◆ニュースポーツの紹介 ◆ラッキー賞抽選会

午後の部

ゲートボール gate ball

屋内ゲートボール場

- 協会員と市民の交流会を開催
- 13時～(12時30分～受付)
- 見学だけでもOK! 来てみてください。
- 問 牛尼 正幸 ☎090-2631-8281

卓球 table tennis

総合体育館（サブ）

- 第42回柿澤杯卓球大会
- 13時～19時
- 一般（高校三年以上）・ジュニア・小学生の各男女シングルス
- 茅野市卓球協会登録者および茅野市在住・在住・在学者
- 現行の日本卓球協会ルールによる公式トーナメント方式
- 使用球：ニッタク公式球（40mm ホワイト）
- 申込期限：10月3日（金）19時まで 厳守
- 申込・問 原 吉彦 ☎090-9664-7979
- E-mail zetta@po30.lcv.ne.jp

サッカー soccer

弓振公園

- 茅野市サッカー協会会長杯
- 対象学年：4年／3年／2年／1年
- 開始時間：13時30分
- 問 北澤 和也 E-mail chinocity.fa@gmail.com

ソフトテニス soft tennis

テニスコート

- ソフトテニス市民交流会
- 13時～16時
- テニスコート A～Dコート
- 受付：13時よりテニスコート
- 参加した市民で適宜ペアを組んでゲームを行う。
- 市民の交流を目的とし勝敗は問わず、表彰は無し。
- 問 茅野市ソフトテニス協会 竹内 謙一 ☎090-4123-5790

硬式テニス tennis

テニスコート

予約不要

- テニス講習会&クリニック
- 受付：当日13時～15時
- 参加無料
- 対象者：どなたでも参加OK
- 15時～17時コート無料開放
- 問 テニス協会指導普及部長 宮澤 国慶 ☎090-1118-3787

弓道 kyudo

弓道場

- 市民弓道大会
- 13時30分～(12時45分前から受付)
- 競技：近的12射（立射4矢×3回）
- 参加料：1人300円
- 表彰：賞状 — 個人・団体 各3位まで
- 賞品 — 団体1位～3位
- 個人1位～10位まで（参加賞有）
- ※道場内での一般の見学可能、靴下着用をお願い致します。
- 問 茅野市弓道協会 行田 E-mail :chinokyudo@gmail.com

バスケットボール basketball

総合体育館（メイン）

- フリースロー大会
- 13時～17時
- 対象者：小学生・中学生
- 問 バスケットボール協会 鮎澤 ☎090-8329-8030

マレットゴルフ mallet golf

マレットゴルフ場

参加費無料

- 市民スポーツ祭記念大会
- 13時から16時
- 受付：7時15分～7時45分（クラブハウス前）
- 問 マレット協会事務局 一ノ瀬 ☎090-4463-5008