

10月13日(月祝)は「スポーツの日」



身体を動かして、
いい汗かこう！



当日自由に参加できるイベント（参加無料 ※一部有料）

ムセンコネクトもりおかアリーナ (10:00～16:00)	総合プール (10:00～16:00)	太田テニスコート (9:00～16:00)	渋民運動公園総合体育館 (9:30～16:00)	盛岡タカヤアリーナ (9:00～16:00)
▶体組成無料測定 対象：中学生以上＊ ＊ペースメーカーを装着して いる方は測定できません。	▶わくわくマルシェ（有料） ピザやお菓子、ハンドメイ ドアクセサリなどの販売 ※なくなり次第終了 ▶プールで宝探し 10時15分～10時半 プールに隠された景品をプ レゼント	▶パラテニス・ニューミックス大会 9時～16時 車いす等障がい者と健常者とのミックスダ ブルス大会 対象：車いすをご利用の方、義肢装具をご 利用の方及び健常者 ※ 年齢、性別は問いません。 ▶アーチェリーフェスティバル 10時～13時 初心者指導や風船割り、リンゴの当て、ク レーアーチェリーなど 対象：小学5年生～70歳 問合先：市アーチェリー協会・加藤さん ☎090-3983-5635	▶卓球大会 9時半～（受付は9時～） 対象：小学生以上 （小学生は保護者同伴） 人数：先着10人 ▶トレーニング・ワンポイント・ アドバイス教室（10分前に受付） ⑩11時～ ⑩15時～ 各30分程度 対象：小学生以上 （小学生は保護者同伴） 人数 先着各5人	▶ニュースポーツ体験会 9時～12時 対象：どなたでも ▶ペアストレッチ体験会 ⑩10時～12時 ⑩13時～15時 対象：どなたでも ▶初心者向けトレーニング無料 カウンセリング ⑩10時～12時 ⑩13時～15時 対象：小学生以上 （小学生は保護者同伴） ▶無料骨強度測定会 10時～16時 対象：どなたでも

スポーツ施設・用具の無料開放

施設・用具名		開放時間	対象	定員・時間制限	申込方法
ムセンコネクト もりおかアリーナ （上田三☎652-8855）	トレーニングルーム	8:00 ～ 17:00	小学生以上 ※小学生は保護者同伴	入室可能定員25人 ※1人90分まで 最終受付16時	当日窓口で先着順に受付 （トレーニングルームの最終受 付16時）
	アリーナ （卓球・バドミントン）	9:30 ～ 16:00	どなたでも ※小学生以下は保護者同伴	なし ※1団体1時間まで	
盛岡タカヤアリーナ （本宮五☎658-1212）	トレーニングルーム	9:00 ～ 16:30	小学生以上 ※小学生は保護者同伴	入室可能定員20人 ※1人90分まで	当日窓口で先着順に受付
	バスケットコート	13:00 ～ 16:00	どなたでも	なし ※1団体1面1時間まで	9/19(金)10時から電話・窓口 で先着順に受付
	卓球台	9:00 ～ 16:00	どなたでも	なし ※1団体2時間まで	
総合プール （本宮五☎634-0450）	メインプール	10:00 ～ 16:00	おむつが取れた幼児以上 ※小学生未満は保護者同伴	なし ※最終入場15時半	当日受付で入場券を配布
	浮島・大型ビート板	10:00 ～ 12:00	どなたでも	なし	なし
いわぎんスタジアム （永井8☎632-3344）	グラウンド	13:00 ～ 17:00	どなたでも	なし	当日窓口で受付
太田テニスコート （上太田穴口☎658-0113）	屋外コート（4面）	9:00 ～ 17:00	どなたでも	なし ※1団体2面まで。2団体 以上の練習試合等不可	9/1(月)10時から電話・窓口 で先着順に受付 （当日受付もあります）
網取スポーツセンター （浅岸字網取☎651-9178）	運動広場	9:00 ～ 17:00	どなたでも	なし ※最大2時間まで	9/18(木)9時から電話・窓口 で先着順に受付 （当日受付もあります）
	テニスコート	12:00 ～ 17:00			
渋民運動公園総合体育館 （川崎字川崎☎683-1636）	アリーナ	8:00 ～ 17:00	小学生以上 ※小学生は保護者同伴	なし ※最大2時間まで	当日窓口で先着順に受付 （最終受付16時）
	柔剣道場				
	多目的ホール				
	トレーニングルーム				
みちのくコカ・コーラ ボトリングリンク （本宮五☎601-5001）	メインリンク	12:30 ～ 14:00	どなたでも	なし	当日窓口で受付 ※手袋をご持参ください。

- 各施設とも、運動しやすい服装でお越しください。室内のときは、上履きをご持参ください。
- 設備を傷める恐れがあるスポーツについては、お断りする場合があります。
- 体調がすぐれない場合、ご来場はお控えください。

！裏面には、事前申込が必要なイベントを掲載しております！

一部は広報もりおかにも掲載しています。 作成：盛岡市交流推進部スポーツ推進課 ☎603-8013



事前に申込が必要なイベント（参加無料 ※一部有料）

みちのくコカ・コーラ ボトリングリンク （本宮五☎601-5001）	申込：9/19(金)10時から受付 申込方法が各教室異なるため、詳しい詳細は盛岡市アイスリンクHPをご確認ください https://morioka-sport.or.jp/facility/icerink/ ●基礎スケート教室 10時～12時 小学生～一般 80人 ●カーリングスクール①（初心者）10時～12時 小学生～60歳 20人 ●カーリングスクール②（初級者）13時半～15時 小学生～60歳 20人 ●カーリングスクール③（競技者）15時半～16時45分 小学生～60歳 20人 ●アイスホッケー体験会 15時～16時半 未就学児（今年度4歳～6歳になる子）～中学生 50人
盛岡市弓道場 （加賀野四☎654-6801）	申込：9/20(土)10時から窓口・電話☎654-6801で先着順に受付 ●弓道体験会 9時～12時 小学6年生～一般 15人
太田テニスコート （上太田穴口☎658-0113）	申込：9/1（月）10時から9/30（火）まで窓口・電話☎658-0113で先着順に受付 ●2025ミックスダブルストーナメントin太田 80人 1組3,000円 ①一般の部（年齢制限なし）②ベテランの部（男性満45歳以上・女性満40歳以上） ③シニアの部（110歳クラス：男女合計110歳以上、120歳クラス：男女合計120歳以上、130歳クラス：男女合計130歳以上）
市立武道館 （住吉町三☎654-6801）	申込：9/19(金)10時から窓口・電話☎654-6801で先着順に受付 ●杖道初心者体験会 9時半～11時 小学生～一般 20人 ●足腰ゲンキ筋力脳力アップ 10時～11時 50歳以上 15人 ●コンバットエアロビクス体験会 11時半～12時半 小学生～一般 20人 ●なぎなた初心者体験会 13時半～15時 小学生～一般 20人 ●入学前の体育教室 13時半～15時 未就学児（今年度4歳～6歳になる子） 10人
綱取スポーツセンター （浅岸字綱取 ☎651-9178）	申込：10/1(水)までに盛岡市ソフトテニス協会 葉内 美喜男 宛にファクス019-637-3305(TEL/FAX 兼用)・ハガキ（〒020-0833 盛岡市西見前15-52-12）で受付。氏名、年齢、電話番号、続柄、経験年数を記入のこと。 ●家族ソフトテニス大会（有料） 8時40分～17時 夫婦・親子・きょうだいのペア 1組1,000円 ●初心者ソフトテニス教室 9時～12時 小学生以上の初心者から経験年数2年程度の方
総合プール （本宮五☎634-0450）	申込：9/18(木)10時から窓口・電話☎634-0450で受付 ●ニュースポーツ体験会 10時半～11時半 小学1年生～3年生の親子 6組12人 ●フィットネス体験会 10時半～11時半 18歳以上 12人 ●水球体験会 10時45分～11時15分 小学生以上 20人 ●水泳教室 11時半～12時 18歳以上 30人 ●泳力検定会 13時～16時 25m以上泳げる認定希望者（1人2種目まで）
盛岡タカヤアリーナ （本宮五☎658-1212）	申込：9/19(金)10時から窓口・電話☎658-1212で受付 ●ベビママふいっとねす教室（ベビーダンス） 9時半～10時半 首のすわった生後3か月～1歳半の子とその保護者 20組 ●ベビママふいっとねす教室（ピラティス） 11時～12時 3歳以下の子とその保護者 20組 ●スポーツリズムトレーニング体験会 ①10時～10時45分 ②11時～11時45分 小学生以上（小学生は保護者同伴）各15人 ●健康運動教室 13時～15時 50歳以上 20人 申込：9/20（土）10時から窓口・電話☎658-1212で受付 ●バスケットボール教室 ①小学生クラス 10時～11時 50人 ②中学生クラス 11時～12時 50人 ●チアダンス体験会 ①未就学児（今年度4歳～6歳になる子）クラス 10時～11時 50人 ②小学生・中学生クラス 11時～12時 50人 ●キッズ運動教室 ①13時～13時半 ②14時～14時半 小学生 各20人 ●キックボクシング体験会 13時～15時 小学生以上（小学生は保護者同伴）