

令和7年度

みんなでスポーツを楽しもう！ お気軽にお越しください

体育館デー

岐阜市民総合体育館

- と き ● 令和8年2月22日（日曜日） 9:00 ~ 15:00
- と ころ ● 岐阜市民総合体育館 岐阜市九重町4丁目24番地
- 料 金 ● 参加無料 ● 持ち物 ● 運動ができる服装、上履き

イベント内容

スポーツ体験コーナー（競技場） **9:00~12:00**

誰でも気軽に楽しめる種目です

ペタンク、カローリング、ポッチャ、RDチャレンジ

健康測定コーナー（競技場） **9:00~15:00**

自分の健康年齢を測定してみよう

握力測定、立ち幅跳び測定、反応測定、反復横跳び測定等

スポーツ吹き矢体験コーナー（剣道場） **9:00~15:00**

円形の的めがけて息を使って矢を放ってみよう

小学生でも体験できるよ！

弓道体験コーナー（弓道場）

9:00~15:00

弓を引いて的に当てます

小学生以下の方は、保護者と一緒に
来てください

ビームライフル体験コーナー

9:00~15:00

（会議室）

光を使ったライフル銃で的を狙っ
てみよう

小学生でも体験できるよ！

卓球場・トレーニングルーム

無料開放（卓球場・トレーニングルーム）

9:00~11:00、11:00~13:00

13:00~15:00 <区分で交代制>

中学生以下は、
トレーニングルームの
利用はできません

元プロボクサーが教える ボクシングエクササイズコーナー（格技場）

9:00~15:00

子どもからお年寄りまで、誰でも簡単にできるよ！！



<お問合せ先> 岐阜市民総合体育館 電話（058）245-0351

長良川以南地域の体育館デー情報は、岐阜市体育館（長良川以南地域）ホームページをご覧ください。 GRコード

主催／岐阜市体育館・岐阜市民プール（長良川以南地域）指定管理者（公財）岐阜市教育文化振興事業団

協力／岐阜市スポーツ推進委員連絡協議会

岐阜市弓道協会 岐阜市ライフル射撃協会 岐阜県スポーツウエルネス吹き矢協会ぎふ若鯡支部 Benefit

*イベント内容は、当日変更になる場合がありますので予めご了承ください。

【ご来場の皆様へお願い】 駐車場の台数が少ないため、**できるだけ公共交通機関等でご来場ください。**
お車でのご来場の際は総合体育館の東側駐車場・雲井町駐車場をご利用ください。詳しくは総体までお問合せ下さい。