

令和6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7年2月16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、長座体前屈測定、立ち幅跳び測定、反応測定
反復横跳び測定、上体起こし測定

スポーツ吹き矢体験コーナー（剣道場） **9:00～15:00**

円形の的めか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
に来てね



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

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矢協会ぎふ若鮎支部 Benefit

【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。