

スポーツ体験会

バドミントン・剣道・バレー・卓球
陸上・サッカー・グラウンドゴルフ
持参物：運動ができる服装・体育館シューズ

参加
無料

だれ
でも

キッチンカー
もやってくる！

※小学生以下保護者同伴

10

体育館入口
8:30~受付開始

2023
22日

しおさい公園市民体育館
競技場ほか

子ども向け!

血压測定など

■9時~12時

保健師による血压測定などを実施。健康への意識を高めましょう！

ニュースポーツ体験 体力測定

■13時~15時

ポッチャ・フライングディスクを体験しませんか？体力測定は事前連絡が必要です。

Dig Sports体験

■9時~15時

運動能力を測定し、特徴に合わせて「向いているスポーツ」やトレーニング方法をAIが提案！所要時間8分。詳しくは裏面へ▶

各種スポーツ体験

■9時~12時

屋内：バドミントン・剣道・バレー・卓球

屋外：陸上・サッカー・グラウンドゴルフ

※雨天時は屋外競技を中止します。

市内の各スポーツ団体による初心者向け体験会。詳しくは裏面へ▶

注意事項

- ・運動ができる服装でご参加ください。体育館シューズが必要です。
- ・開催中の事故に関して応急処置のみ行い、それ以降一切の責任を負いません。1日レクリエーション保険の範囲内で補償します。
- ・体力測定へ参加希望の方は社会教育課にご連絡ください。(当日申し込み可)
- ・駐車場には限りがあり、路上駐車厳禁です。乗り合わせにご協力ください。

共催：伊予市スポーツ協会・伊予市教育委員会

問い合わせ：伊予市教育委員会事務局社会教育課(☎982-5155/平日8:30~17:15)

AIが
診断?!

ディグスポーツ

Dig Sportsとは

体格及び運動能力(パワー・敏捷性・器用さ)をセンサーで自動測定し、向いているスポーツをAIがご提案!

測定項目



反復横跳び

左右の動きから横の俊敏性を計ります



立ち幅跳び

前方のジャンプからバネの力を計ります



垂直跳び

ジャンプ力から上への推進力を計ります



50m走

もも上げから短距離の推進力を計ります



ボール投げ

姿勢・球速から上体のパワーを計ります

屋内



①バドミントン

参加者のレベルに合わせて教えます!



②バレーボール

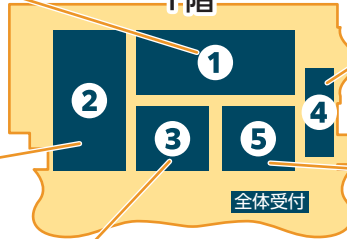
・サーブを打っての当てなど
各種ミニゲーム



③剣道

・構えてみよう!
・竹刀を振ってみよう(^o^)/
・面を打ってみよう(^-^)

1階

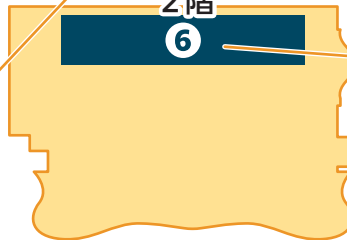


④健康ブース

保健師による
血圧測定など

⑤Dig Sports

2階



⑥卓球

・卓球台で打ってみよう!
・遊びながら道具(ラケット・ピンポン球)の使い方体験
(ボールリフティングなど)



屋外

※雨天中止

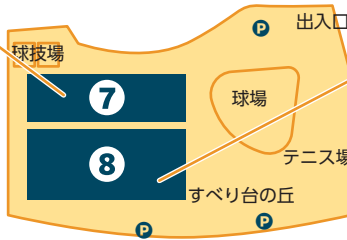
⑦陸上

・50m走
・100m走
・60mハードル走
・走り幅跳び
・走り高跳び



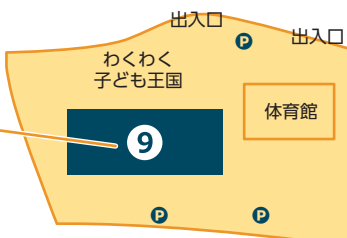
⑧サッカー

・キックスピードを測定しよう
・キックターゲットにチャレンジ!



⑨グラウンドゴルフ

・ルールの説明
・パターの打ち方
・スコアカードの記入方法



キッチンカー

あげんどう・ガジュマル・22