

10月10日(祝)は いきいきスポーツの日！ 関スポーツ健康課 ☎443-2141

いきいきスポーツの日に合わせて、各市営スポーツ施設の一般開放とスポーツイベントを開催します。

一般開放(無料)

●は当日8:30～、◎は当日8:45～、電話または直接、各施設に予約してください。市総合体育館は、10分前に総合受付で抽選を行います。

イベント

★は事前に予約が必要です。各施設に申し込んでください。

施設	時間	予約	問い合わせ
市総合体育館(湊入船町)	第1・第2アリーナ【※】	13:00～19:00	☎444-6688
	ランニングコース【※】	9:00～19:00	
	フィットネスルーム【※】		
	3x3バスケットボールコート【※】		
東富山体育館(米田)	アリーナ	13:00～17:00	● ☎438-7500
東富山温水プール(米田)	25mプール、児童プール	10:00～16:30	☎438-5601
東富山運動広場(米田)	庭球場	11:00～17:00	◎ ☎437-9911
2000年体育館(天正寺)	アリーナ	11:00～17:00	● ☎420-2000
体育文化センター(友杉)	メイン・サブアリーナ、 庭球場	9:00～17:00	● ☎429-5695
	メイン・サブプール、 フィットネスルーム		
市民プール(荒川四丁目)	スポーツサウナ【※】	10:00～19:00	☎491-8899
	フィットネスルームⅠ【※】		
	フィットネスルームⅡ【※】		
市民球場「アルペンスタジアム」 (下飯野)	サブグラウンド、屋内練習場【※】	9:00～15:00	● ☎451-0900
	フィットネスルームⅠ【※】	13:00～21:00	
	フィットネスルームⅡ【※】	9:00～21:00	
勤労身体障害者体育センター (水橋島等)	アリーナ	13:00～17:00	◎ ☎478-4951
庭球場(石坂・五艘)		9:00～17:00	◎ ☎432-9006
庭球場(布瀬南公園)		9:00～17:00	◎ ☎422-5634
庭球場(蛸川・星井町)		9:00～17:00	☎432-1117
城東ふれあい公園庭球場(荒川四丁目)		9:00～17:00	☎491-8899
馬場記念公園庭球場(蓮町一丁目)		9:00～17:00	◎ ☎437-8106
屋内ゲートボール場「すばやく富山」(布瀬町南)		9:00～17:00	☎422-5634
アイザック スポーツ ドーム(八木山)	屋内グラウンド、アリーナ、 ランニングコース	9:00～17:00	● ☎468-0971
	多目的ホール	13:00～17:00	
大山テニスコート(花崎)		9:00～17:00	●
大山社会体育館(花崎)	アリーナ	13:00～17:00	● ☎483-0059
	スタジオ		
大山総合体育センター 「スポール」(花崎)	トレーニングルーム	9:00～17:00	
	武道場	13:00～17:00	●
パークゴルフ場(岩瀬天池町)		9:00～17:00	☎438-1809
大沢野総合運動公園陸上競技場(八木山)		9:00～17:00	☎468-1567
八尾スポーツアリーナ (八尾町井田)	メイン・サブアリーナ トレーニングルーム	9:00～17:00	☎455-1222
八尾B&G海洋センター プール(八尾町福島)	25mプール、幼児プール	10:00～21:00	☎455-9000
八尾ゆめの森テニスコート(八尾町下笹原)		9:00～17:00	☎455-9192
婦中体育館 (婦中町砂子田)	アリーナ、トレーニング ルーム、卓球室、剣道室、 柔道室	9:00～17:00	☎465-5501
婦中スポーツプラザ (婦中町板倉)	テニスコート	9:00～17:00	☎465-3786
ストリートスポーツパーク(婦中町下轡田)		10:00～19:00	☎465-2050
山田総合体育センター (山田中瀬)	アリーナ、柔剣道室	9:00～17:00	● ☎457-2557

施設	イベント	時間	予約
市総合体育館 ☎444-6688	mini体力測定会	9:00～12:00	
	家族でリフレッシュヨガ	9:30～10:30	★
	親子de体操	10:45～11:45	
東富山体育館 ☎438-7500	ストレッチポール 体験会<1部>	9:45～10:30	★
	ストレッチポール 体験会<2部>	11:00～11:45	
東富山温水プール ☎438-5601	おやこで 水中運動あそび	10:15～11:00	★
東富山運動広場 ☎437-9911	ジュニアテニス教室	9:15～11:00	★
2000年体育館 ☎420-2000	コンディショニング& トレーニング体験会	9:30～11:00	★
	ピンポン チャレンジpingpong大会	11:00～17:00	
体育文化センター ☎429-5695	キッズチャレンジエリア	9:00～13:00	
市民球場「アルペン スタジアム」 ☎451-0900	エアロ&ストレッチ無料体験	9:30～10:30	★
	ヨガ無料体験	11:00～12:00	★
勤労身体障害者 体育センター ☎478-4951	ベースランニングコンテ スト、遠投、スピードガン 測定、ストラックアウト	9:00～12:00	
	バッティング大会	13:30～15:00	
	車椅子バスケ 体験会・交流会	9:00～13:00	★
アイザック スポーツドーム ☎468-0971	ノルディックウォーク 体験会	9:00～10:00	★
	エアロ&ヨガ体験会	11:00～12:00	
	体成分測定会	9:00～17:00	
大山社会体育施設 ☎483-0059	ヨガ 体験会	9:30～10:15	★
	トランポピクス体験会	10:00～11:00	
八尾B&G海洋 センタープール ☎455-9000	こどもわくわくプール	10:00～12:00	
	大人フィンスイム	13:30～14:15	

- ・【※】は1時間ごと、その他の施設は2時間ごとの交代制です。
- ・フィットネス、トレーニングルームは、小学生以下は使用不可。中学生は、市民プール、大山総合体育センター、婦中体育館は終日、その他の施設は17:00以降、保護者同伴。
※八尾スポーツアリーナは保護者同伴不要。
- ・新型コロナウイルス感染症対策のため、一部の施設では入場制限を行う場合があります。

詳細は、各施設に問い合わせてください。

呉羽丘陵ウォーク

★富山市では、子どもから高齢者、障害のある方もみんな一緒に楽しめるユニバーサルなスポーツを推進しています。

関市体育協会 ☎432-1117
※開催有無の確認は下記へ(当日7:30以降)。
☎444-4648(自動音声)
🌐 <https://www.taikyou-toyama.or.jp/>

ファミリーパークの園内を歩く2kmコース、呉羽丘陵を歩く5kmコースがあります。ウォーキング終了後は、歩きながらプレーし、誰もが楽しめるウォーキングフットボールや、クラフト作りの体験イベントを開催します。

日時 10月10日祝10:00～12:00(受付10:00～)
集合場所 ファミリーパーク西口 六せん広場前(古沢)
費用 200円(未就学児無料)

※申し込み・費用は当日受け付け。
※小学生以下は保護者同伴。
※荒天の場合などは中止。



スポーツセミナー受講者募集

各申込期限までに、市体育協会ホームページ(<https://www.taikyou-toyama.or.jp/>)から申し込んでください。

●キッズてつぼうセミナー

鉄棒に必要な体の使い方やコツを習得します。

日時 10月29日～11月26日の(出)13:30～14:15(全5回)

場所 東富山体育館(米田)

対象 年中・年長児

講師 田中裕子たなかゆうこさん(東富山スポーツクラブ講師) ほか

定員 20人(応募多数の場合抽選)

費用 5,000円(全5回) 申込期限 10月11日(火)

〒東富山体育館 ☎438-7500

●Men'sヨガ

仕事で疲れた心と体をヨガで癒やします。

日時 10月19日～11月16日の(火)19:30～20:30(全5回)

場所 体育文化センター(友杉)

対象 男性 ※初心者でも参加できます。

講師 MISA JAPANミサ ジャパン(みなみスポーツクラブ講師)

定員 25人(応募多数の場合抽選)

費用 3,000円(全5回) 申込期限 10月4日(火)

〒体育文化センター ☎429-5695

●スポーツクラブ富山 開始日 10月24日(月) 場所 市総合体育館(湊入船町) 申込期限 10月6日(休)

No	教室名	内容	対象	曜日	時間	開催回数	定員	受講料
1	姿勢美人レッスン	美しい姿勢で歩く習慣を身に付けます	一般	(月)	15:10～16:10	10回	18人 (応募多数の場合抽選)	6,000円/10回
2	ボディメイク	ヨガとエアロでしなやかなボディを目指します			20:15～21:00			
3	ピロキシング	高エネルギーのインターバルトレーニングを行います			19:00～20:00			

※開催日程など詳細は、市体育協会ホームページをご覧ください。

〒スポーツクラブ富山 ☎444-4649

八尾B&G海洋センタープール 秋のお気軽レッスン

〒八尾B&G海洋センタープール ☎455-9000

①水泳(10月2日～12月21日)

教室名	曜日	開始時間
初級クロール・平泳ぎ	(日)	13:45
上級4泳法	(月)	
中級4泳法	(月)	19:30
	(土)	13:30
初中級個人メドレー	(火)	13:30
中上級クロール・バタフライ	(水)	13:45
初中級背泳ぎ・平泳ぎ	(木)	
フィンスイム(※)	(金)	19:30

②フロア体操(10月3日～12月23日)

教室名	曜日	開始時間
朝ヨガ	(月)	10:30
からだ調整	(火)	
体ほぐしと貯筋体操	(水)	
エクササイズ3+脳トレ	(木)	10:15
にっこり健康フラダンス	(金)	10:30
昼ヨガ	(水)	13:30
ひきしめエクササイズ	(月)	19:30
脂肪燃焼エアロ	(火)	
夜ヨガ	(木)	

- ・時間は、①が45分、②が60分。
- ・定員に空きがあれば、当日でも参加できます。
- ・申し込みは1回ごとです。
- ・受講料は当日に支払ってください。
- ・祝日はレッスンを行いません。

(※)フィンスイムは、足ヒレを使用して水面・水中を進むスポーツです。

場所 八尾B&G海洋センタープール(八尾町福島)

対象 18歳以上の方

定員 ①各15人、②各20人

受講料 ①1回640円、②1回840円

申込方法 各開催日の3日前までに、電話または直接、八尾B&G海洋センタープールへ。

晩秋の薬師岳を楽しむ山岳ツアー(薬師岳閉山祭)

開催日 10月15日(出)、16日(日)(1泊2日)

集合場所 富山駅北口またはロッジ太郎(原)

※6:30富山駅北口、または7:30ロッジ太郎集合。

対象 健康で登山のできる65歳以下の方

定員 25人(応募多数の場合抽選)

費用 22,000円(ロッジ太郎発着の場合20,000円)

申込方法 9月30日(金)までに、はがき、Eメールで、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、バス乗車場所、登山歴(初めて登山する方は初心者と明記)、過去に登った山名を、(有)タイセイツアーズ(〒939-2376 八尾町福島251)へ。

行程

[1日目]

富山駅北口～ロッジ太郎～折立～三角点～太郎平小屋～薬師岳山頂～太郎平小屋(薬師岳感謝祭)

[2日目]

太郎平小屋～三角点～折立～播隆上人像公園(閉山祭)～ロッジ太郎～富山駅北口

〒市観光協会 ☎439-0800

〒観光政策課 ☎443-2072

〒taiseico@topaz.ocn.ne.jp