

かなざわ スポーツフェスティバル 2023

Life with Sports

スポーツでつながる笑顔の輪

10/7(土)、8(日)、9(月祝)

金沢市総合体育館

10/9
(月祝)



ほくりくアイドル部さんも参加します!
(アイドルダンス体験、若い力チャレンジ)

無料スポーツ体験

★19種目★ 参加費無料

| | |
|-----------|-----------|
| アイドルダンス | 体操 |
| 若い力チャレンジ | ポッチャ |
| バドミントン | 太極拳・カンフー |
| ポッチャ | モルック |
| なぎなた | 3B体操 |
| チアリーディング | ラグビー |
| グランドヤード | ソフトテニス |
| キンボール | K-POPダンス |
| 親子バランスボール | スケジュールは |
| バスケットボール | HPをご覧ください |

10/7(土)
午前・午後

わくわく忍者ランド

忍者の修行を
乗り越えるのじゃ!

●対象: 年少～小学3年生 ●参加費 500円

10/9(月祝)
午前・午後

スポーツ教室体験

スポーツ教室を体験して
みませんか?

●対象: 種目による ●参加費 無料

<一般>

ヨガ、3B体操、ストレッチバレエ、バレエエクササイズ

脳のコンディショニングセミナー

10/7(土)

10:00~12:00

13:30~15:30

- 対象: どなたでも(内容は、スポーツ指導者、選手向け)
- 参加費: 1,500円 脳を整え、思い通りに体を動かす(講義及び実技)
- 講師: 江口典秀さん(マークスポディデザイン代表)



AGE測定 & 健康づくりセミナー

10/9(月)

10:00~11:30

- 対象: 健康づくりに興味のある方
- 参加費: 500円 老化の原因物質AGEを知り、健康に過ごしましょう
- 講師: 薬子利恵さん(AGE研究協会認定講師)



子どものスポーツ栄養メニュー講座

10/7(土)

10:00~12:00

- 対象: スポーツを頑張るお子様の保護者
- 参加費: 1000円
- 講師: 笹川真澄さん



キンボールスポーツ体験

各イベントの参加はホームページの申込フォームからお申込みください。(9/5より)

【主催】 金沢市
【運営】 金沢市スポーツ事業団
【後援】 金沢市教育委員会、北國新聞社

参加申込みはホームページから

かなざわスポーツフェスティバル

検索





イベントスケジュール



スケジュールは、都合により中止、変更になる場合があります。

【10月7日(土)】金沢市総合体育館

| | 時間帯 | 第1競技場 | 第2競技場 | 第3競技場 | 多目的スペース | 第1会議室 | 第3会議室 |
|---|-------------|------------------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------|-------|--|
| 1 | 10:00~10:30 | わくわく忍者ランド (石川県レクリエーション協会) | なぎなた (金沢市なぎなた連盟) | 太極拳、カンフー (金沢市太極拳協会) | モルック (モルックチーム他力本願) | - | 脳の コンディショニング セミナー 10:00~12:00 |
| 2 | 10:45~11:15 | | | | | | |
| 3 | 11:30~12:00 | | | | | | |
| | 休憩 | | | | | | |
| 4 | 13:00~13:30 | わくわく忍者ランド (石川県レクリエーション協会) | 3B体操 (日本3B体操協会 石川県支部) | ラグビー (金沢市ラグビーフットボール協会) | - | - | 脳の コンディショニング セミナー 13:30~15:30 |
| 5 | 13:45~14:15 | | | | | | |
| 6 | 14:30~15:00 | | | | | | |
| 7 | 15:15~15:45 | | | | | | |

【10月8日(日)】金沢市総合体育館

| | 時間帯 | 第1競技場 | 第2競技場 | 第3競技場 | 多目的スペース | | |
|---|-------------|--|--------------------------------|--------------------------|--------------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 1 | 10:00~10:30 | バドミントン (スタータス) | バスケットボール (エムポート) | パルシューレ (ソルティエロ) | K-POPダンス HIPHOPダンス (レイズ) | ポッチャ (スポコム金沢南) | グラウンドヤード (日本グラウンドヤード協会) |
| 2 | 10:45~11:15 | | | | | | |
| 3 | 11:30~12:00 | | | | | | |
| | 休憩 | | | | | | |
| 4 | 13:00~13:30 | テニスフェア (金沢市テニス協会) 親子テニス、ジュニア、中学生、一般 ※対象、時間割等は ホームページでご確認ください | K-POPダンス HIPHOPダンス (レイズ) | キンボール スポーツ (スタータス) | - | トランポリン (金沢市トランポリン協会) | - |
| 5 | 13:45~14:15 | | | | | | |
| 6 | 14:30~15:00 | | | | | | |
| 7 | 15:15~15:45 | | | | | | |



【10月9日(月祝)】金沢市総合体育館

| | 時間帯 | 第1競技場 | 第2競技場 | 第3競技場 | 多目的スペース | スタジオ | 第1会議室 | | | |
|---|-------------|-------------------------|-------------------------|---|-------------------------|--|---|----------------------------|--|-------------------------------------|
| 1 | 10:00~10:30 | バドミントン (スタータス) | ソフトテニス (金沢市ソフトテニス協会) | チアリーディング 体操 (ココナススポーツクラブ / パールスポーツクラブ) | 親子バランスボール (体カメテニス協会) | スポーツ教室体験 (3B体操) 10:00~10:50 11:00~11:50 | 若いカ チャレンジ (ほくりアイドル部) | グラウンドヤード (日本グラウンドヤード協会) | スポーツ教室体験 (ヨガ) 10:00~10:50 11:00~11:50 | AGE測定 & 健康づくりセミナー 10:00~11:30 |
| 2 | 10:45~11:15 | | | | | | | | | |
| 3 | 11:30~12:00 | | | | | | | | | |
| | 休憩 | | | | | | | | | |
| 4 | 13:00~13:30 | トランポリン (金沢市トランポリン協会) | ジャグリング (金沢大学JMC) | サッカーレッスン (ソルティエロ) | なぎなた (金沢市なぎなた連盟) | K-POPダンス HIPHOPダンス (レイズ) | アイドルダンス (ほくりアイドル部) 13:15~14:00 14:15~15:00 | - | スポーツ教室体験 (スリッチン) レイ 13:00~13:50 14:00~14:50 | - |
| 5 | 13:45~14:15 | | | | | | | | | |
| 6 | 14:30~15:00 | | | | | | | | | |
| 7 | 15:15~15:45 | | | | | | | | | |

テニスフェア

10/8(日) 午後
【会場】 金沢市総合体育館

親子テニス、ジュニアテニス、一般
参加費 500円 詳細はHPをご覧ください。

体力測定コーナー

無料

子供から高齢者までご参加いただけます

10/9
(月)

10:00~15:00
2Fロビーにて実施

当日、会場にてお申し込み
ください。

64歳以下(握力、長座体前屈、上体起こし、反復横跳び、立ち幅跳び、急歩)
65歳以上(握力、長座体前屈、上体起こし、開眼片足立ち、障害物歩行、
6分間歩行)

9/5(火) 参加申込受付開始 (定員に達し次第締め切ります)

参加のお申込みはホームページの申込フォームからお申込みください。
お申込みの際には、必ず、各イベントの詳細をホームページでご確認ください。
必ず内履きシューズをお持ちください。

金沢の伝統集団演技「若い力」で金沢から全国に「元気」を発信!

若い力プロジェクト

若い力の演技が、「金沢市スポーツ遺産」に認定!

YouTubeで演技動画を配信中!



参加のお申込みは
ホームページから

