

2024 県民スポーツの日

要事前予約 詳しくは各団体QRコード等より御確認下さい。

参加者大募集!

2024年10月14日月

参加費無料!!
[一部有料]



熊本県民総合運動公園

初心者対象
1DAYランニング教室

えがお健康スタジアム
開催時間/9:00~11:00まで
参加対象/成人(高校生は除く)20人程度。
「ランニングに興味がある」「マラソンに挑戦してみたい」という初心者の方を対象に1DAYレッスンを開催。参加費無料。

要事前予約
熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ
096-380-0782

熊本県民総合運動公園

PLAY & STAY
(テニス)

A・Bテニスコート
開催時間/10:30~15:00まで
参加対象/小学生、親子、他年齢問わず。30人。

テニスが初めての方、楽しみたい方、テニスで元気になる方、テニスをしながらワイワイできるスポーツです。

熊本県テニス協会
090-7447-7397

熊本県民総合運動公園

ソフトテニス初心者教室
“ソフトテニスを楽しもう!!”

メインテニスコート
開催時間/10:00~16:00まで
参加対象/5歳~高齢者まで100人。

ソフトテニスボールのほか、スポンジボールを使っている教室です。スピードも遅く初心者の方でも比較的簡単に運動不足解消にも役立ちます!

熊本県ソフトテニス連盟
090-8833-3277(安部)
ksta.fukyu@gmail.ne.jp

熊本県民総合運動公園

第10回 熊本ラグビー
ジャンボリー

スポーツ広場
開催時間/8:00~12:30まで
参加対象/小学1年生~小学6年生。200人。

みんなでトライ!ナイスタグ!グラウンドで確かめよう!

熊本県ラグビーフットボール協会
090-3884-1549

熊本県民総合運動公園

フライングディスク
(アルティメット)体験

多目的広場A
開催時間/11:00~15:00まで
参加対象/制限なし。

フライングディスクをバスで繋ぎゴールを目指す「アルティメット」という競技を体験できます!バスが難しい小さなお子様に向けた当てゲームもご用意!指導は2023年ピーチアルティメット日本代表が直接指導します!

有限会社ディスクスポーツ
096-312-1353

熊本県民総合運動公園

卓球バレー体験教室

体育館
開催時間/10:00~15:00まで
参加対象/特になし。50人程度。

卓球バレーとは、卓球の用具を使ってバレーボールのルールで行うというものです。今年の「SAGA2024全国障害者スポーツ大会」でもオープン競技として実施されています。障がい者と健常者が一緒にできる楽しいスポーツです。

熊本卓球バレー協会
090-8395-3742

熊本県民総合運動公園

障害者フライングディスク
体験教室

体育館
開催時間/10:00~15:00まで
参加対象/特になし。50人程度。

全国障害者スポーツ大会の正式競技にも採用され、障がいの程度や年齢に関係なくできる競技です。今年の「SAGA2024全国障害者スポーツ大会」でも行われます。また、ディスクスターゲームもできます。障がい者健常者と一緒に楽しめる体験教室です。

熊本県障害者フライングディスク協会
090-8395-3742

熊本県民総合運動公園

基礎から学べる
走り方教室

補助競技場
開催時間/10:00~11:30まで
参加対象/小学生。50人程度。

速く走るためのコツを丁寧に分かりやすく、初心者の方でも安心して学べる教室です。楽しみながら速くなりますよ!

(一財)熊本陸上競技協会
090-9070-5861

パークドーム熊本

スタジオ無料体験会①
REE JAM

スタジオ
開催時間/11:30~12:20まで
参加対象/高校生以上。25人。

※準備物:室内シューズ
リズムカルな音楽にエアロビクスやヒップホップの基本的なステップを組み合わせたダンスエクササイズ、「REEJAM」無料体験会です。

要事前予約
熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ
096-388-2180

パークドーム熊本

スタジオ無料体験会②
ヨガ

スタジオ
開催時間/13:30~14:20まで
参加対象/高校生以上。25人。

無理なく身体を動かし、心と身体のバランスを整えるヨガの無料体験会です。

要事前予約
熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ
096-388-2180

パークドーム熊本

トレジム無料体験

トレーニングジム
開催時間/9:00~14:00まで
参加対象/高校生以上。制限なし。

※1回2時間までのご利用
※準備物:室内シューズ
ドームトレーニングジムで無料体験会を開催。気持ちよく身体を整えるゼロアイを皆様々々マンをこの機会にご体験ください。

熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ
096-388-2180

パークドーム熊本

スケートボード体験会

臨時駐車場
開催時間/10:00~14:00まで
①10:00~10:45
②11:00~11:45
③13:00~13:45

参加対象/年中(4歳)~大人。20人/回。
※保険代300円徴収(当日持参)

初心者&楽しく滑りたい人集まれ!安全な滑り方や止まり方クチャー指導します。滑れる人もセクション(造形物の道具)に挑戦。

一般社団法人 Fun & Fit
090-1516-6802

パークドーム熊本

①JFAキッズ/ガールズサッカーフェスティバル
2024 in パークドーム熊本

②KFA 第11回 熊本スカンビオカップ
③3x3FOOTBALL

グラウンド

開催時間/①9:30~10:30まで ②13:00~16:00まで

③[午前の部]9時30分~12時00分(受付:9時00分)

小学校1年生、2年生:1チーム3~6人程度 定員:合計30チーム

[午後の部]13時30分~16時00分(受付:13時00分)

小学校3年生、4年生:1チーム3~6人程度 定員:合計30チーム

参加対象/①未就学児(年中)~小学校4年生 ②障がいのあるなしにかかわらずだれでも

③小学校1年生~小学校4年生 ④120人 ⑤100人程度 ⑥(1)30チーム(約150人) (2)30チーム(約150人)

⑦仲間と一緒にサッカーをする楽しさに触れ、スポーツの素晴らしさを生涯にわたって感じられるきっかけを作ります。⑧障がいの有無、障がいの種別を問わず、フットサルを通じて共に時間を過ごすことができる環境作りを行います。⑨「3対3」で行うスモールサイドフットボール、サッカーでもフットサルでもない独自の形式による新感覚のフットボールです。

一般社団法人 熊本県サッカー協会
info@kumamoto-fa.com

パークドーム熊本

スポーツチャンバラ
教室

アスレチックゾーン
開催時間/10:00~15:00まで
参加対象/中学生以上。100人。

スポチャンは、運動をあまり好まないお子様の「初めての習い事」としてもとても人気のある、気軽に楽しく始めるスポーツです。

熊本県スポーツチャンバラ協会
090-5485-0375

熊本県総合射撃場

クレ射撃
シミュレーター体験

管理棟(研修室)
開催時間/10:00~15:00まで
参加対象/中学生以上。20人。

銃所持許可を必要としないクレ射撃シューティングシミュレーターは大迫力のスクリーンでリアルな射撃体験ができます。

熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ
096-288-8805

熊本県総合射撃場

ビームライフル
射撃体験

ライフル棟
開催時間/10:00~15:00まで
参加対象/小学生から小学6年生まで。各15人。

銃所持の許可を必要としない「光線銃」でリアルなライフル射撃体験を実施してみませんか!「誰でも」安全に安心して体験できます。

熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ
096-288-8805

熊本武道館

幼少年武道(剣道・柔道・空手道・
なぎなた)1日体験教室

剣道場・柔道場
開催時間/10:00~11:30まで
参加対象/年長から小学6年生まで。各15人。

幼少年を対象とした剣道・柔道・空手道・なぎなたの初歩的動作の体験教室。

公益財団法人
熊本県武道振興会
096-383-4912

菊陽町総合体育館

ふれあいキッズ
バレーボール大会

メインアリーナ
開催時間/9:30~14:00まで
参加対象/3歳~小学4年生までの幼・児童。200人。

キッズバレーは、みんなでボールをつなぐことで、たくさん笑顔の輪が広がります。キッズバレーでEnjoyしましょう。

熊本県バレーボール協会
090-4513-4601

熊本県立総合体育館

自由遊び

キッズルーム
開催時間/9:00~15:00まで
参加対象/未就学児。20人(随時)。

キッズクライミングウォールやレクリエーションマットなどで遊べるキッズルームを開放します。

熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ
096-356-1233

熊本県立総合体育館

ドッジボール教室

中体育室
開催時間/9:30~11:30まで
参加対象/小学生1年生から6年生。100人。

一つのボールでみんなが楽しめるスポーツ。それが「ドッジボール」!!試合形式で、ルールを学びながら、みんなで楽しもう!

熊本県ドッジボール協会
090-2511-5217

熊本県立総合体育館

ハンドボール
体験教室

中体育室
開催時間/12:30~15:00まで
参加対象/小学生1年生から6年生。32人。

「子どものやってみたい!!」をハンドボール協会のスタッフ(JHA公認)がしっかりサポートします。スポーツを通じてたくさん仲間を作ろう!県内各地で、体験会を開催中です。ぜひご参加ください。

熊本県ハンドボール協会
0968-41-8404

熊本県立総合体育館

ピククルボール

小体育室
開催時間/13:00~15:00まで
参加対象/小学生、親子、他年齢問わず。100人。

熊本県上陸!!
テニス卓球バドミントンミックスしたスポーツです。初めての方でもOK。気軽にチャレンジして楽しみましょう。

熊本県テニス協会
090-9793-0079

熊本県立総合体育館

バーチャルフィットネス
プログラム無料体験

元気体力測定室
開催時間/9:00~15:00まで
参加対象/18歳以上。30人。

コンピューターとスクリーンを利用したバーチャルフィットネスプログラム無料体験!15分と30分のプログラムですのでお気軽に!

熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ
096-356-1233

熊本県営八代運動公園

フィットネス教室
体験会

芝生広場
開催時間/①10:00~10:30まで
②11:00~11:30まで
参加対象/18歳以上(リハビリ希望の方:130cm以上)10人ずつ。

腰痛予防や改善を目的とした健康教室、姿勢改善効果抜群のノルディックウォーキングを行います!この機会に体験しませんか?

熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ
0965-37-0006

熊本県営八代運動公園

ニュースポーツ
体験教室

芝生広場
開催時間/9:30~11:30まで
参加対象/どなたでも。30人。

年齢、体力、障がいの有無を問わず楽しめるモルック・ボッチャ・フライングディスクを行います!お気軽にご参加ください!!

熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ
0965-37-0006

熊本県営八代運動公園

県民スポーツの日
「ふれあいスポーツ」大会

多目的広場
開催時間/8:30~17:00まで
参加対象/令和5年度登録会員
小学生及び保護者。400人。

グラウンド・ゴルフは、「いつでも」「どこでも」「だれとでも」できる生涯スポーツです。

熊本県グラウンド・ゴルフ協会

総合型地域スポーツクラブイベント

主管団体/SCS火の国クラブネット

【南関町】

2024なんかんスポーツDAY

(主催:NPO法人A-Lifeなんかん)

日時/10月13日(日) 9:00~15:00

場所/南関町農村広場

内容/気軽にカラダを動かす住民交流型の健康・スポーツイベント!モルックチャレンジカップ・測定コーナー・ウォーキングセミナーほか



【宇土市】

第10回わくわくスポーツDay 網田deウォーキング

(主催:NPO法人うとスポーツクラブ)

日時/10月27日(日) 8:30~12:00

場所/宇土市西部老人福祉センター(集合場所)

内容/宇土市西部老人福祉センター発着~御興来海岸景勝地経由網田散策コース(約7km)です。参加料(保険料込)が必要です。



問合せ先

熊本県教育庁県立学校教育局 体育保健課 スポーツ振興班

TEL 096-333-2710

主催 熊本県教育委員会

主管

熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ、公益財団法人熊本県武道振興会、一般財団法人熊本陸上競技協会、熊本県ソフトテニス連盟、熊本県テニス協会、熊本県バレーボール協会、熊本県ハンドボール協会、熊本県ラグビーフットボール協会、一般社団法人熊本県サッカー協会、熊本県グラウンド・ゴルフ協会、熊本県障害者フライングディスク協会、熊本県スポーツチャンバラ協会、熊本県卓球バレー協会、熊本県ドッジボール協会、一般社団法人Fun&Fit、熊本県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会、有限会社ディスクスポーツ



天候状況によっては、中止になる場合もあります。

開催の可否についてはこちらの二次元バーコードにてご確認ください。



©2010 熊本県くまモン