

【主旨】NAGANOスポーツフェスティバルは、生涯スポーツの動機づけを目的として、多様なスポーツを体験する機会を市民に提供するとともに、各地域に根ざした総合型地域スポーツクラブ、地域密着型アロススポーツチーム、地元企業・行政機関が一体となり、地域の特色(人・風土・施設等)を活かした多様性のあるスポーツ環境づくりのきっかけの場とするために開催します。

## ホワイトリング会場

長野市真島町真島 2268 番地1

イベント開催日 **11/13(木・祝)**

### ソフトバレーボール地区交流会

一般の部・T・240の部・レディースの部

会場 メインアリーナ/サブアリーナ  
 時間 受付/7:40~8:00、開会式/8:30~、競技開始/9:00~  
 ※8:10から(会議室1)にて代表者会議実施するのでチーム代表者1名は必ず出席願います。  
 資格 (1)長野市内在住者で構成されたチームであること。(2)チームは同じ地区(地区住民自治協議会単位)に居住している男女8名以内の者で構成すること。  
 [レディース-T・240]の部 男性8名以内。  
 [レディース-1]の部 女性8名以内。  
 事前にお申し込みください。  
 ※申し込みチーム数が多い場合、抽選となる場合があります。

### ビームライフル体験会

会場 メインアリーナ/会議室1  
 時間 10:00~14:00  
 資格 どなたでも参加無料  
 当日10:00より会場にて受付(事前申し込み不要)  
 資格 免許などがいらないビームライフル(光線(ビーム)を発射する装置が付いているライフル銃)を、身近な対象スポーツとして体験してもらいます。  
 担当:長野市ライフル射撃協会

### CPR & AED 講習会

会場 研修室1  
 時間 午前の部 10:00~12:00  
 午後の部 13:00~15:00  
 資格 高校生以上  
 人数 各30名  
 事前申し込み、または当日参加も可。  
 参加無料  
 心肺蘇生法の基本を学びます。  
 担当:横フクシ・エンタープライズ

### スポーツ吹矢体験会

会場 メインアリーナ/会議室2  
 時間 10:00~14:00  
 資格 どなたでも参加無料  
 当日10:00より会場にて受付(事前申し込み不要)  
 5~10m離れた円形の的をのめがけて筒(1.2m)を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。  
 担当:長野市スポーツ吹矢協会

申し込みA

申し込みB

申し込みA

申し込みB

郵送またはファックスまたはEメールで下記へお申し込みください。  
 〒380-8512 長野市大字鶴賀緑町1613番地  
 NAGANOスポーツフェスティバル実行委員会事務局(長野市スポーツ課内)  
 電話 026-224-5083、ファックス 026-224-7351、メール sports@city.nagano.lg.jp  
 電話でホワイトリング(026-283-7977)へお申し込みください。

# 第43回 NAGANOスポーツフェスティバル

## 10/23(日)開催!!

ホワイトリング会場は **11/3(木・祝)開催!**  
**参加者大募集!参加無料!**

長野市在住・在勤の方ならどなたでも無料でご参加いただけます!  
 本紙または長野市スポーツ課ホームページへお申し込みください。  
**参加申し込み・問い合わせ** (026-224-5083)へお電話ください。

### 南長野運動公園会場

長野市篠ノ井東福寺 320

申し込みA 電話(026-224-5083)で長野市スポーツ課へお申し込みください。  
 申し込みB 電話(090-1865-1248)またはEメール(info@shiospo12.jp)で、塩崎スポーツクラブ(永井)へお申し込みください。  
 申し込みC 専用ページをご確認ください。http://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/sports/138461.html

### AC長野パルセイロ

大人のための健康サッカー教室&ホームゲーム観戦  
 会場 総合球技場メインピッチ・屋内練習場  
 時間 受付/9:00~  
 教室/9:30~11:00  
 ゲーム観戦/13:00~15:00  
 資格 概ね40歳以上の一般男女  
 人数 先着40名  
 パルスタップによるサッカー教室と、なでしこリーグ1部ホームゲーム第18回(AC長野パルセイロ・レディースvsベガルタ仙台レディース)の観戦  
 担当:スポーツ課



申し込みA

### AC長野パルセイロ

親子サッカー教室&ホームゲーム観戦  
 会場 総合球技場メインピッチ・屋内練習場  
 時間 受付/9:00~  
 教室/9:30~11:00  
 ゲーム観戦/13:00~15:00  
 資格 小学1~3年生とその保護者  
 人数 先着30組  
 パルスタップによるサッカー教室と、なでしこリーグ1部ホームゲーム第18回(AC長野パルセイロ・レディースvsベガルタ仙台レディース)の観戦  
 担当:スポーツ課



申し込みC

## 第43回NAGANOスポーツフェスティバル 共催事業

注/イベント毎に開催日が異なります

### Dream Rink Nagano 2016

会場 エムウェーブ 元オリンピック選手が  
 会期 10/1~12/24(予定) 教えるスケート教室  
 資格 小・中学生の初心者~競技者まで  
 人数 先着100名  
 参加費 1回1,000円(滑走代・貸靴代・保険代)  
 電話(026-267-0288)、ファックス(026-267-0289)で長野市スケート協会へ

### スピードスケート教室

会場 エムウェーブ  
 会期 11/5~H29.3/4(全10回)  
 時間 14:00~16:00  
 資格 4歳以上の初心者 人数・先着50名  
 参加費 中学生まで4,800円高校生以上5,850円  
 別途滑走代、貸靴代が必要になります。  
 申し込み 電話(026-221-6100)で  
 エムウェーブスケートセンターへ

### ボブスレー体験会

会場 スパイラル  
 日時 H29.17(土) 13:00~15:00  
 資格 高校生以上 人数 先着24名  
 参加費 5,000円  
 連盟選手が操作するボブスレーに同乗しての滑走体験  
 申し込み 電話(026-252-7670)またはメール nblist@nagano-blslf.comで  
 長野県ボブスレー・リュージュ・スケルトン連盟へ

### リュージュ・スケルトン体験会

会場 スパイラル  
 日時 H29.17(土) 9:00~12:00  
 資格 小学生以上  
 人数 先着25名  
 参加費 4,000円  
 スパイラル3カーブよりスケルトン1本、リュージュ1本の滑走体験  
 申し込み 電話(026-252-7670)またはメール nblist@nagano-blslf.comで  
 長野県ボブスレー・リュージュ・スケルトン連盟へ

### ボールを使った健康ウォーキング体験会

会場 飯綱高原ルネディアウォーキングコース  
 他7会場  
 日時 9/17~11/23(全8回)  
 資格 小学生以上の方  
 人数 各会場20~40名  
 ※開催場所や日程等の詳細はスポーツ課HPをご覧ください。  
 各会場開催日の5日前までに申し込みください。  
 電話(026-224-5083)またはメール sports@city.nagano.lg.jpで長野市スポーツ課へ

### 第2回長野市柔道ふれあい教室

会場 長野運動公園 総合体育館 柔道場  
 日時 10/23(日) 9:00~12:00  
 人数 30名程度 参加無料  
 ※どなたでも参加できます。柔道着または動きやすい服装でお越しください。  
 電話(090-4662-4830)またはメール jimukyoku@ludo-nagano.city.orgで長野市柔道協会の章村さんへ

### グラウンドゴルフ初心者教室

会場 長野運動公園  
 運動広場  
 日時 H29.4月~9月  
 資格 市民ならどなたでも  
 人数 10名(事前申込み必要) 参加費 1回500円  
 ※詳細はH29.11月以降に決定します。  
 問い合わせ 電話(090-1869-0813)で長野市グラウンドゴルフ協会の間柄(まがら)さんへ

### ダンススポーツ教室(シルバ)

会場 長野運動公園 総合体育館  
 サブアリーナ  
 日時 11/9(水) 13:30~15:00  
 資格 18歳以上の初心者  
 人数 10名(事前申込み不要) 参加費 500円  
 申し込み 電話(090-4463-3638)で  
 長野市ダンススポーツ連盟の内山さんへ

### 篠ノ井体育館会場

長野市篠ノ井岡田 2059-1

### ニュースポーツ体験交流会

会場 篠ノ井体育館  
 時間 受付/9:00~  
 体験会/9:30~12:00  
 資格 小学生以上の方  
 (小学生は保護者同伴)  
 人数 先着50名  
 3種類のニュースポーツをお楽しみいただけます。  
 ①ピロポロ、②ペンタック、③回轉ボール  
 担当:塩崎スポーツクラブ  
 電話(090-1865-1248)またはEメール(info@shiospo12.jp)で、塩崎スポーツクラブ(永井)へお申し込みください。

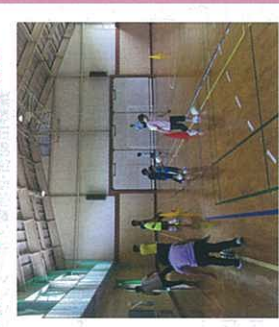


### 信更体育館会場

長野市信更町水ノ田 3148-1

### 親子フットサル教室&ホームゲーム観戦

会場 信更体育館  
 時間 受付/8:30~  
 教室/9:00~11:00  
 ※実行委員会主催のバスで、南長野運動公園へ移動  
 ゲーム観戦/13:00~15:00  
 人数 先着20組  
 親子フットサル教室と、なでしこリーグ1部ホームゲーム第18回(AC長野パルセイロ・レディースvsベガルタ仙台レディース)の観戦  
 担当:塩崎スポーツクラブ  
 電話(090-7001-8940)またはEメール(info@shiospo12.jp)で、塩崎スポーツクラブ(永井)へお申し込みください。



# 第43回 NAGANOスポーツエキスポ



**中面で紹介のイベントは 全て10/23(日)開催です!!**

中面のイベントはすべてこちらの会場で実施します!!

**北部スポーツレクリエーションパーク会場**  
長野市大字三才 1981-1  
しなの鉄道三才駅から徒歩5分

**申込方法**  
申し込みA 電話またはファックス(026-296-9918※電話平日10:00から13:00まで)、またはEメール(supocomi@ybb.ne.jp)で、NPO法人長野スポーツコミュニケーションクラブ東北へお申し込みください。  
申し込みB 電話またはファックス(026-266-0582)で、北部スポーツ・レクリエーションパーク管理棟へお申し込みください。

**午前** **AC長野パルセイロ 親子サッカーフェア&ホームゲーム観戦** 申し込みA

会場 運動広場  
時間 受付/9:00~9:30、教室/9:30~11:00  
※実行委員会手配のバスで、南長野運動公園へ移動  
ゲーム観戦/13:00~15:00  
※実行委員会手配のバスで、北部スポーツ・レクリエーションパークへ移動  
解散/15:30(予定)  
資格 小学生とその保護者  
※小学生のみ、保護者のみの参加も可能です。  
人数 先着50名  
パルスタップによるサッカー教室とてしごうリーグ1部ホームゲーム  
第18節「AC長野パルセイロ」レディーズvsバカカタタタタ(レディーズ)の観戦

担当:長野市総合型地域スポーツクラブ北部連合  
熱帯体育大学リサーチセンター

**午前** **硬式テニス親子体験会** 申し込みA

会場 屋内運動場  
午前の部 受付/9:00~9:30  
教室/9:30~11:30  
午後の部 受付/12:30~13:00  
教室/13:00~15:00  
資格 小学生とその保護者  
人数 午前午後ともに先着10組  
親子と一緒に硬式テニスを楽しみながら、基本的な技術を学び、日ごろのストレスを発散しましょう。

担当:長野市総合型地域スポーツクラブ北部連合

**午後** **ランを楽しくランランラン(走りを楽しもう)** 申し込みA

会場 運動広場  
時間 受付/12:30~13:00  
教室/13:00~15:00  
資格 小学生以上の方(小学生は保護者同伴)  
人数 先着50名  
元オリンピック選手(競歩)の酒井浩文さんのご指導のもと、個人のレベルに応じた「走り(ラン)の楽しみ方」を学びましょう。酒井浩文さんは、1988年のソウルオリンピックで、20km競歩に出場された経験があり、現在は指導者として活躍されています。  
※指導者派遣事業  
担当:長野市総合型地域スポーツクラブ北部連合



**午前** **コアコンディショニング教室(体幹を鍛えよう)** 申し込みA

会場 管理棟内会議室  
時間 受付/9:00~9:30  
教室/9:30~11:30  
資格 小学生以上の方(小学生以下は保護者同伴)  
人数 先着20名  
日常生活の中でもできる「コアコンディショニング(体幹トレーニング)」を学びましょう。

担当:長野市総合型地域スポーツクラブ北部連合

**午前** **バスケットボール3on3** 申し込みA

会場 バスケットボールコート  
午前の部 受付/9:00~9:30、教室/9:30~11:30  
午後の部 受付/12:30~13:00、教室/13:00~15:00  
資格 ①午前の部/小学生と保護者3名以上のチーム  
②午後の部/一般男女3名以上のチーム  
人数 午前午後ともに先着20チーム  
3on3の基本を学び、チームプレーを楽しみましょう。  
①はミニバスケットボールのボールを使用します。  
②は6号ボールを使用します。

担当:長野市総合型地域スポーツクラブ北部連合

**午後** **パタング交流会** 申し込みA

会場 運動広場  
時間 受付/12:30~13:00  
教室/13:00~15:00  
資格 小学生以上の方(小学生は保護者同伴)  
人数 先着50名  
木製の目標球(ピュット)に空調製のボールを投げ合って、相手より近づけることで得点を競うスポーツ「パタング」で、参加者同士の交流を深めましょう。  
※地域イベント開催支援事業

担当:長野市総合型地域スポーツクラブ北部連合



**午前** **マレットゴルフ交流会** 申し込みB

会場 マレットゴルフ場  
時間 受付/9:00~9:30  
教室/9:30~11:30  
資格 小学生以上の方(小学生以下は保護者同伴)  
人数 先着50名  
秋空のもと、マレットゴルフで気持ちよく体を動かしましょう。

担当:南アフリカ・エンタープライズ  
長野市総合型地域スポーツクラブ北部連合

**午前** **元気らいふセミナー/元気らいふ相談コーナー** 申し込みA

会場 管理棟会議室  
■元気らいふセミナー  
受付/12:30~13:00、セミナー/13:00~14:00  
■元気らいふ相談コーナー 10:00~15:00  
資格 どなたでも  
人数 セミナーは事前申し込み、先着20名  
■セミナー/スポーツで結果を出すために必要なメンタル、フィジカル、テクニックの基本を基礎を交えてお伝えします。また、スポーツをした心と体を食事や睡眠、入浴等でコンディショニングするお伝えもいたします。  
■相談コーナー/運動やスポーツにおける様々な悩みをカウンセリングし、改善出来る方法をコーチングします。また、その場で出来る立ち方やウォーキング、重心の状態等を映像で分析し、改善します。

担当:長野市総合型地域スポーツクラブ北部連合  
スマイルズピリッツ

**午後** **ボールを使った健康ウォーキング体験会** 申し込みA

会場 管理棟周辺及びウォーキングコース  
時間 受付/12:30~13:00  
教室/13:00~15:00  
資格 小学生以上の方(小学生は保護者同伴)  
人数 先着30名  
ノルディックウォーキング及びポールウォーキングの基礎から応用までを学んだあと、実際にウォーキングコースを歩きます。  
※当日の天候等の状況により中止となる場合があります。

担当:長野市総合型地域スポーツクラブ北部連合



**午前** **スケートボード教室** 申し込みB

会場 アクシオンスポーツ広場  
時間 受付/9:00~9:30  
教室/9:30~11:30  
講師 山口隆志氏(プロスケートボード)  
資格 小学生以上の方(小学生以下は保護者同伴)  
人数 先着40名(Aクラス10名、Bクラス10名、Cクラス20名)  
Aクラス(上級者)基本はできる方でトリックを練習したい方  
Bクラス(中級者)基本から簡単なトリックを練習したい方  
Cクラス(初級者)初めてスケートボードを始めたい方  
※原則としてヘルメットは必ず装着しプロテクターをお持ちの方はできるだけ装着してください。用具の貸出はできません。

担当:南アフリカ・エンタープライズ

**午前** **骨量・筋量チェック** 申し込み不要

会場 管理棟会議室  
時間 10:00~14:00  
資格 長野市在住・在勤のご来場者  
人数 特になし  
当日、10:00より会場にて随時受付可(事前申し込み不要)  
骨量測定・体組成測定(体脂肪率・筋肉量等)、運動・健康相談、運動等資料の配布などを行います。自分の体のことを知り、健康づくりに役立てましょう。

担当:長野市保健所健康課

**午後** **BMX教室** 申し込みB

会場 アクシオンスポーツ広場  
時間 受付/12:30~13:00  
教室/13:00~15:00  
講師 藤井康平氏(プロBMXライダー)  
小川原 圭太氏(プロMTBライダー)  
資格 4歳以上の方(小学生以下は保護者同伴)  
人数 先着30名  
より上手にBMXに乗る技術を、レベルにに応じて指導します。  
※原則としてヘルメットは必ず装着し、プロテクターをお持ちの方はできるだけ装着してください。用具の貸出はできません。

担当:南アフリカ・エンタープライズ

