

ASAURA

みんなのスポーツフェス

2026

親子で楽しもう

 **参加無料**



2026 11.1  **10:00-15:00**

in 朝倉緑のふるさと公園運動場

住所：愛媛県今治市朝倉下乙258-1

あなたの体力をチェックして、運動をするきっかけにしてみませんか。
みなさんのご来場をお待ちしています。

体力測定

自分の体力年齢を知り、自身の
カラダや健康について考えて
みましょう！（申込不要）

- ・握力・立ち幅跳び
 - ・長座体前屈
 - ・開眼、閉眼片足立ち
 - ・体組成・姿勢分析
- を計測します。



「朝倉米」お米の
つかみどり

小学生以下先着200人



体力測定に参加したキッズ
限定、お米のつかみどりに
チャレンジできます。

かけっこ教室

子どもたちに、学校では
教えてくれない早く走れ
るコツをわかりやすく
「かけっこ講師」がレッ
スンしてくれます。

- 走り方レッスン
- 20mダッシュ計測



かけっこ講師

黒川 遼 プロランニングコーチ

鍼灸あん摩マッサージ指圧師
-JSPO-AT(公認アスレティックトレーナー)
青森山田高、城西大出身。箱根駅伝は5
区・8区を出走。
現在は、身体構造や動作分析に基づき、
競技レベルや身体特性に応じたランニ
ングフォームの改善を専門とするプロラ
ンニングコーチ。

参加者全員にプレゼント



オリジナル
サコッシュ

スケジュール

■ 10:30～（1回目）

■ 13:30～（2回目）

申込方法



対象・定員

小学生まで、各回30人

※親子で参加できます。

※定員になり次第終了となります。

※当日空きがある場合は、当日受付
を行います。

（注意事項）

※走りやすい服装でご参加ください。

モルック体験

モルックの説明と練習体験ができる
「モルック体験教室」を開催。

■ 10:00～（1回目）

■ 13:00～（2回目）

各回30人（先着順）

※当日受付

※どなたでも可



主催：今治市 主管：今治市スポーツ協会朝倉支部

問合せ先：今治市スポーツ協会朝倉支部事務局（朝倉地域教育課内）Tel.0898-56-2024/FAX0898-56-2044 email: asakura6@imabari-city.jp