

スポ・レク2024



手稲区公式マスコットキャラクター
ていぬ

毎年恒例の人気イベント
「スポ・レク」を今年も開催するです！
ぜひ遊びに来てくださいです～！！

参加無料!!

「上靴」と「外靴入れ」
をお持ちください

子どもも大人も遊びに来てね!

● 日時 ●

令和6年6月23日（日）
10:00～15:00

● 会場 ●

手稲区体育館
（手稲区曙2条1丁目）

スポ・レクって何？



正式名称は「スポーツ・レクリエーション祭」。
子どもから大人まで幅広い世代の方々が、気軽に色々な
スポーツを体験できるイベントです。

「いつでも」「どこでも」「いつまでも」スポーツに親しむ
ことができるように、自分の好きなスポーツをスポ・レクで
見つけてみませんか？

小学生ソフトバレー初心者大会 参加者募集!!

対象：小学4年生～小学6年生

詳しくは裏面の二次元コードを読み取ってご確認ください



景品付きのスタンプラリーも
実施するです!



主 催 手稲区スポーツ・レクリエーション祭実行委員会
問い合わせ先 手稲区市民部地域振興課 (TEL: 011-681-2445)
ホームページアドレス <https://www.city.sapporo.jp/teine/midokoro/suporeku.html>



スポ・レク 2024



◆開場時間 10:00 ※小学生ソフトバレー初心者大会に参加される方は9:30
スタンプラリー（6種目制覇）で景品Get!

開催種目・会場		内 容	時 間
体育室	ソフトバレー	やわらかいボールでバレーボールを体験しよう!	13:00~15:00
	事前申込が必要です! 小学生ソフトバレー 初心者大会 (小学4~6年生対象)	参加申込書は、区役所や手稲区体育館などで配布中。 手稲区役所のホームページでもダウンロードできます。 (https://www.city.sapporo.jp/teine/midokoro/suporeku.htm) 申込先: 手稲区役所地域振興課 申込書を地域振興課にご提出ください (※ FAX 可。先着10組。) 申込期間 5月15日(水) ~ 5月27日(月)	(集合9:30) 10:00~12:00
競技室A	キックターゲット	サッカーゴールの的を目掛けてシュート! 目指せ! 未来のストライカー!	10:00~15:00 (12:00~12:30 中断)
	フロアカーリング	室内で、カーリング体験をしてみよう! 最高得点を狙おう!	10:00~15:00 (12:00~12:30 中断)
	ミニテニス	やわらかいボールで、気軽にテニス体験!	10:00~12:00
	バドミントン	経験者のアドバイスで、初心者も安心!	13:00~15:00
競技室B	スナッグゴルフ	的を目掛けてボールを打とう! 気分はプロゴルファー!	10:00~15:00 (12:30~13:00 中断)
	ストラックアウト	的を全部落として、パーフェクトピッチングを狙おう!	10:00~15:00 (12:30~13:00 中断)
	バスケットシュート	ゴールリングに向けてシュートを入れてみよう! 5球のうち何球入るかな?	10:00~15:00 (13:00~13:30 中断)
	ていぬダンス	ていぬダンスを踊ってみよう! 手稲区のホームページに ていぬダンスの動画があるから踊ってみてね! (https://www.city.sapporo.jp/teine/shimin/chikishinkou/teinusong.html)	12:30~13:00
格技室	体力測定	握力・立位体前屈・垂直跳・全身反応時間を測定して、自分の体力レベルを知ろう!	10:00~15:00 (13:00~13:30 中断)
デッキ	ていぬペタンク	フランス生まれのペタンク体験! 単手で作った「ぐんていぬ」を使ってペタンクをしよう!	10:00~15:00 (13:00~13:30 中断)
2階	トレーニング	トレーニング室を開放します(高校生以上対象)。	10:00~15:00
ロビー	幼児コーナー	輪投げやミニディスクなどを置いた幼児専用コーナー 保護者と一緒に利用してね!	10:00~15:00

※ スタンプラリーの景品には限りがあります。

※ 一部種目には、30分程度の中断時間があります。

※ 内容・時間等は変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

時間に注意するです!

