

## 第26回公団地域コミュニティ体育祭 プログラム

No.	種 目	対 象	場所	備 考	内 容	雨天種目
1	ストレッチ&ウォーキング	参加者全員	F/T	準備運動	ストレッチ運動後、トラックを競歩で周回する	○
2	開会式（選手宣誓）					○
3	キャンディキャンディ	幼児	F	あめ、菓子採り競走	ロープにつるした菓子袋を取ってゴールする	○
4	つな取り合戦	小学生	F	綱の奪い合い	中間の数本のロープを二手に分かれて奪い合う	○
5	ムカデリレー競走	小学校高学年以上	T	1チーム10人でリレー	タスキをバトンにして競走する	○
6	ミニグラウンドゴルフ	50歳以上	F	ホールインワンゲーム	4ホールを周りながらホールインワンを狙う	×
7	デカパンリレー	中学生以上	T	二人でデカパンをはいて競走	デカパンをバトンにして競走する	×
8	玉入れ	幼児・小学生・高齢者	F	A・B対抗		○
9	50m走	小～一般	F	計測はしない	自分に挑戦しよう	×
10	昼 食    アトラクション    西中学校吹奏楽部					○
11	大玉送り	小～一般	F	頭の上でボールを送る競争	バランスボールを頭の上で送って早くゴールする	○
12	スプーンレース	50歳以上	F	みんなで和気あいあい	テニスボールをスプーンに乗せてゴール	○
13	綱引き	小～一般	F	男性 対 女性	参加人数は各チーム多く集めた方が勝ち	○
14	リレー	小～一般	T	リレー		×
15	閉会式					○
16	抽選会	参加者全員	F	豪華賞品が当たる抽選会	閉会式参加者全員に抽選券を配布する	○

