

秋空のもと 気軽にスポーツを 市民大運動会



平成29年 **10** 月 **8** 日(日) 9時～ 長岡第五小学校



昨年の高台の奮戦

第55回長岡京「市民大運動会」が開催されます。翳雲天空高く秋澄む候、爽やかな秋風に吹かれて、気軽にスポーツの秋を楽しみましょう。
次の要領で 高台地区の出場者を募集します。ご近所や日ごろ参加していない人にも声をかけて奮って多数ご参加ください。**初めての方 大歓迎です。**これまで出場経験のある方は、ぜひご参加ください。

	開始時刻	競技種目		開始時刻	競技種目
1	9:00	開 会 式	10	13:00 ◎	小学生玉入れ
2	9:30 ◎	紅 白 玉 入 れ	11	13:20 ◎	リレーボール
3	10:00	グ ル メ 競 走	12	13:35	親子でヨイショ
4	10:20 ◎	ゲートゴルフリレー	13	13:50	ざるひき競走
5	10:45 ◎	ム カ デ 競 走	14	14:10 ◎	A B C リレー
6	11:05	長 岡 五 種	15	14:30	小学生リレー
7	11:25	幼 児 競 走	16	14:45 ◎	混 合 リレー
8	11:35	心 援 合 戦	17	15:00	閉 会 式
9	12:00	昼 食・休 憩			◎ は対抗競技です

出場者募集要領 (締め切り **9月21日(水)** 1人3種目まで)

対抗競技	条 件	募集人数
紅 白 玉 入 れ	中学生以上, 男女不問	計20名
ゲートゴルフリレー	40才以上, 男女不問	計 5名
ム カ デ 競 走	小学生, 男女不問 6名 中学生以上, 男女不問6名	計 12名
小学生玉入れ	低学年, 男女不問 10名 高学年, 男女不問 10名	計20名
リレーボール	中学生以上, 男女各5名	計10名
A B C リレー	中学生以上, 男女各5名	計10名
混 合 リレー	中学生~29才, 男女各3名 30才以上, 男女各2名	計10名

一般競技	条 件	募集人数
グ ル メ 競 走	小4生以上, 男女各5名	計10名
幼 児 競 走	小学生未満 (歩けたらOK)	制限無
親子でヨイショ	親男女各3名, 小学生6名	計12名*1
小学生リレー	各学年 男女各1名	計12名
オープン競技*2	条 件	募集人数
長 岡 五 種	小学生男女不問	任意
ざるひき競走	小学生と中学生以上, 男女不問	任意



*1: 実の親子でなくても可
 *2: 当日会場で募集

競技内容

紅 白 玉 入 れ	年配の方もお勧めです。誰でも参加できます。運動会の華、コツで得点が伸びる頭脳競技です
ゲートゴルフリレー	パターでボールを打って5つのゲートを通させます。最後にホールポストに入れます
ム カ デ 競 走	男女交互に1列に並び、紐で足首を結び合って、タイミングをとりながら走ります
リレーボール	男女交互1列に、ボールを男子が股下 女子が頭上で後ろに送る。最後尾は20m走り先頭でボールを戻します
A B C リレー	袋にあるカードを取り、走って前方ボードの同じ記号のところにカードを掛けて、次の人にリレーします
混 合 リレー	最後に行われ一番盛り上がる競技。グランド半周が1周を走ります。若いパワーで走りぬきましょう
グ ル メ 競 走	ラムネの一気に飲みした後、ゲップを我慢して吊るされたスナック菓子を口にくわえて走ります
親子でヨイショ	親子別々にスタートし、障害物を乗り越えて落ち合った後、負んぶでゴールへ走ります
長 岡 五 種	輪と梯子を潜る、ラケットに玉を乗せる、ネットをくぐる、最後に飴玉を口で取りゴールします
ざるひき競走	ざるに入れた紅白の玉を、バランスを取りながら落とさないように、紐をひっぱって走ります

申 込

一般の方のお弁当の予約申し込みを受け付けています

B	氏 名	お弁当個数

選手・役員・お手伝いの方には、お弁当を用意しています

選手 大募集



選手お申込み・お問い合わせ、お弁当申し込み は小島(3丁目956-2721、金ヶ原バス停前)まで