

第29回駒ヶ根市



チャレンジチャンピオン大会

主 催 駒ヶ根市スポーツ推進委員会／駒ヶ根市教育委員会

《こどもの部、おとなの部》

- ①シャトルなげ
- ②くつとぼし
- ③早回しとび
- ④かたあしケンケン
- ⑤ごしごしぞうきんかけ
- ⑥ストラックアウト
- ⑦ふみ台昇降
- ⑧ビーチフラッグ走
- ⑨ホッケードリフル

《親子・だれでもペアの部》

二人三脚40m走



ペアの部に参加の方も、
こどもの部・おとなの部に
参加していただけます！

日 時

3月 7日 土曜日 午前9時～12時

会 場

泰成スポーツフロアー

参加料

無 料

持ち物

運動ぐつ(うわばき)、飲み物、なわとび(ある人)

申込期間

3月6日(金)まで
※定員になり次第終了します(定員30名)

申込先

駒ヶ根市教育委員会 社会教育課
TEL:0265-83-2111(内線724)
FAX:0265-83-2181

～ 目指せ!! 金メダル ～

○各種目の優勝者には金メダル!!

○ご家族・ご友人同士での参加もお待ちしています!!

こどもの部・おとなの部

1. シャトルなげ

(大会きろく) こどもの部 9m80

おとなの部 10m80

バドミントンシャトルを何メートル遠くに
投げられるか挑戦!

2. くつとぼし

(大会きろく) こどもの部 24m70

おとなの部 25m60

はいている片方のくつをどれくらい遠くへ
飛ばせるか挑戦!

3. 早回しとび

(大会きろく) こどもの部 230回

おとなの部 218回

なわとびを1回まわす間に、1回跳ぶとび方で
1分間に何回跳べるかに挑戦!



4. かたあしケンケン

(大会きろく) こどもの部 4秒61

おとなの部 4秒31

かたあしケンケンで20メートルを
何秒で走れるか挑戦!

5. ごしごしぞうきんがけ

(大会きろく) こどもの部 4秒64

おとなの部 4秒35

毎日やっているぞうきんがけ、
一体誰が一番速いのか20mで競争!



6. ストラックアウト

(大会きろく) こどもの部 80点

おとなの部 75点

ゴムのボールで9個の的を狙って合計で
何点取れるか挑戦!

7. ふみ台昇降

(大会きろく) こどもの部 40回

おとなの部 44回

20秒間で1段のふみ台を何回上り下り
できるか挑戦!

8. ビーチフラッグ走

(大会きろく) こどもの部 4秒49

おとなの部 3秒86

ビーチフラッグの姿勢から、20mを何秒で
走れるか競争!

9. ホккеードリブル (新競技)

(目標きろく) こどもの部 10秒00

おとなの部 8秒00

ホккеースティックを使った、
ドリブルに挑戦!



親子ペア・だれでもペアの部

1. 二人三脚40m走

(大会きろく) 10秒70

二人三脚で40m(20m折り返し)を
何秒で走れるか挑戦!

