

2025

市民スポーツ

当日参加 OK

参加料 無料

高知家健康パスポート



グリーンポイント
(知る・参加する)が
もらえます。

※体育館窓口の二次元コード
を読み取ってください。

レクリエーション祭

スポーツの日/

10月13日(月・祝)

※初心者水泳については、開催時間9:30~12:00(11:30受付終了)です。
健康づくりコーナーは12:00受付終了。
※種目の一部が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

競輪のレースをする
ところを走れるよ!
自転車とヘルメットを
持ってきてね!!



開会式: 9時00分~ 各種目体験: 9時30分~13時00分(12時30分各種目受付終了)

日本トーター高知市総合運動場、INOUE・東部スポーツパーク、鏡川みどりの広場

健康づくり コーナー

- 体カテスト
- 健康測定
- ▶体組成計
- ▶骨ウェーブ



ニュースポーツ体験 スポーツ体験

- ターゲットバードゴルフ
- シャッフルボード
- グラウンドゴルフ
- ペタンク ●カローリング
- バドミントン ●フットサル
- ストラックアウト
(雨天中止)
- ティーボール
(雨天中止)



スポーツ教室

- 初心者テニス
(小雨決行)
- 初心者ソフトテニス
(小雨決行)
- 初心者水泳 ※自由遊泳は
できません。



スポーツ 交歓試合

- ソフトボール大会
(雨天中止)
- 9月23日締切

事前申込
必要



障がい者 スポーツ体験

- 競技用車いす
(ラグビー)
- ボッチャ



アウトドア スポーツ体験

- サイクルスポーツ
(雨天中止)
- カヌー
(小雨決行)
(小学3年生以上)



お申込・お問合せ

(公財)高知市スポーツ振興事業団 TEL:088-833-4061 FAX:088-833-4124

第37回 市民スポーツレクリエーション祭2025実行委員会

主催:高知市スポーツ振興事業団グループ・高知市・高知市スポーツ推進委員連絡協議会・高知市スポーツ指導員連絡協議会
後援:高知市教育委員会・高知新聞社・NHK高知放送局・RKC高知放送・KUTVテレビ高知・KSSさんさんテレビ・KCB高知ケーブルテレビ・エフエム高知