

障害者スポーツ体験ラリー 《障害者スポーツを見る！触れる！チャレンジのプログラム》

この大会は、障害者と健常者が障害者スポーツを通じて相互理解し、障害者の体力維持増進を図り、自らの自立と社会参加を促進するとともに、市民の障害者に対する理解と認識を深め、交流を広めることを目的とします。また、ノーマライゼーションの意味を障害者スポーツを体験することで学んでいくことも目的とします。

※ ノーマライゼーションとは高齢者も子供も障害を持った人もそうでない人も、すべての人が普通(nomal)に生活を送るために、共に地域で暮らし、共に生きる社会こそノーマルであるという考え方です。

伴走

目が見えなくても、伴走してくれる人とお互いをつなぐ“ひも”があれば安心して走れる！“ひも”を通して生まれる“感動”と“絆”を体感してください。



音響走

アイマスクをしてゴール地点から聞こえてくる音を頼りに、ヨーイドン!! みんなはまっすぐ走れるかな!?



当日の持ち物

運動のできる服装
運動靴、飲み物、タオル

ジャベリックスロー

ロケットのような形で、ボールに近い感覚でやり投げをします。誰でも簡単に投げられます。日本のジュニアオリンピック陸上競技大会選考会の54mを目指そう!



車いすスラローム

こちらは日常生活に使う車いすに乗って障害物を左へ右へ避けてゴールを目指そう!



立ち幅跳び

アイマスクをして砂場にジャンプ!! できるだけ遠くまで跳ぼう!



車いす競走

車いすは日常生活とスポーツをする時と2種類あります。写真はスポーツをする時の車いすです。カッコいいでしょ!



タンデムサイクリング

2人で力を合わせてこぐタンデム自転車と一緒に楽しもう!! 兵庫県では公道も走ることができるんですよ。



ブラインドサッカー

ブラインドサッカーは音のなるボールを使ってゴールを狙う、イメージーション(想像力)を駆使した本格的なサッカーです。



申込方法

①氏名 ②年齢 ③性別 ④電話番号 ⑤障害の有無と種別 を下記のアドレスに送信してください。
【E-mail:taikai@tf-kobe.net】

参加決定通知

メールにて参加決定通知を返信いたします。

*携帯電話でメールを指定受信されている方は【@tf-kobe.net】をあらかじめご登録をお願いします。

お問合せ

神戸市立王子スポーツセンター内『ノーマライゼーション陸上スポーツ大会実行委員会』事務局(担当:野口)
☎:(078)-802-0223 / E-mail:takai@tf-kobe.net / <http://n.tf-kobe.net>



会場アクセス

大阪方面から【所要時間:約22分】

JR・阪急・阪神「三宮駅」下車、神戸市営地下鉄乗換。西神・山手線 西神中央行き「総合運動公園駅」下車。

明石方面から【所要時間:約27分】

JR「明石駅」から三ノ宮方面行き「新長田駅」下車、神戸市営地下鉄乗換。

西神・山手線 西神中央行き「総合運動公園駅」下車。



一年の健康づくりのスタートに! ユニバーで走り初め

トップアスリートが競うユニバー記念競技場を自分の走力に合わせて、楽しく走ろう!

ぜんざいの振る舞いやファッションコンテストなどお楽しみも盛りだくさん。

また、全員にお渡しする完走証で太山寺温泉「なでしこの湯」のご優待もあります。

■開催日時 1月12日(土) 9:30~12:00

■締め切り 1月7日(月)

■申込み先 神戸総合運動公園 案内所 TEL 078-793-6002

参加費無料!!

