

ふれあい運動会 プログラム

参加者受付開始（午前9時00分から先着順で行います）

開会式（午前9時30分～）

- 1 中央コミ協 会長あいさつ／2 来賓あいさつ／3 準備体操

競技開始

- | | | |
|----|-------------------------------------|-----------------------------|
| 1 | かけっこ障害物競走 | 《3才～就学前 6人×6レース 36人》 |
| | マットでハイハイ→フラフーフをくぐってゴール！ | |
| 2 | ケツ圧くらべ風船割り競走 | 《小学生・大人 6人×6レース 36人》 |
| | 風船を持ってスタート。風船をいすの上でお尻で割ってゴール！ | |
| 3 | 景品釣り競走（子ども） | 《3才～小学生 6人×6レース 36人》 |
| | 景品を釣り竿で釣ってゴールを目指そう！ | |
| 4 | 景品釣り競走（大人） | 《大人（中学生以上） 6人×6レース 36人》 |
| | 景品を釣り竿で釣ってゴールを目指そう！ | |
| 5 | 親子でかけっこ | 《3才～就学前(親子) 6組×6レース 36組72人》 |
| | 親子対抗レース。輪投げの輪っかの両端をつかんで仲良くゴールまで走ろう！ | |
| 6 | バットマンレース | 《小学生・大人 6人×6レース 36人》 |
| | バットまで走り、バットにおでこをつけて2回転してからゴールを目指せ！ | |
| 7 | パン食い競争 | 《3才～大人 10人×21レース 210人》 |
| | あんぱんを口でとってゴールを目指せ！ | |
| 8 | ラケットボール競走 | 《小学生・大人 6人×8レース 48人》 |
| | ボールをラケットに乗せて走れ！コーンを回ってボールを返しゴール！ | |
| 9 | 紅白玉入れ（シニア） | 《シニア 40人（2チームに分ける）》 |
| | かごに向かって玉を投げ入れる。先に2勝した方が勝ち。 | |
| 10 | 紅白玉入れ（子ども） | 《小学生 40人（2チームに分ける）》 |
| | かごに向かって玉を投げ入れる。先に2勝した方が勝ち。 | |

※ 1～10の競技の中から3つ選べるよ！

オープン競技

輪投げ ケツ圧くらべ風船割り競争終了後～午前11時 25人先着順

グラウンドゴルフ 午前10時～午前11時 25人先着順

閉会式（競技終了後）（正午頃）

- 1 整理体操／2 中央コミ協 副会長あいさつ

※ 時間は前後することがあります。

※ 雨天中止。台風などの荒天が予想される場合は前日等に中止とすることもあります。

※ 開催の有無について判断に迷う場合は、中央文化センターへお問い合わせください。