

オータム・チャレンジ・ スポーツ2018

2018年12月2日(日)

アイスショー・スケート体験教室開催!

アイスショー・
スケート体験教室に
男子フィギュアスケートの
友野一希選手が
(2018年世界選手権5位)

出演予定!!



写真提供 同志社スポーツアトム編集部 撮影:名倉幸

※友野選手は今後の大会成績によっては出演できない場合があります。

9月から11月の3ヶ月間、大阪市内のスポーツ施設で体験教室など、
100以上の参加型スポーツイベントを開催します。

10月8日(月・祝)体育の日はスポーツセンター・プールの「**無料開放**」を行います。

詳しくは [オータムチャレンジスポーツ2018](#) [検索](#)



主催 大阪市

問い合わせ先

大阪市経済戦略局スポーツ部スポーツ課

TEL : 06-6469-3883



写真提供 同志社スポーツアトム編集部 撮影:名倉幸

友野 一希 (ともの かずき)

経歴：大阪府堺市出身。浪速高等学校(大阪市住吉区)卒業。
同志社大学スポーツ健康科学部に在学中。
浪速スポーツセンター(大阪市浪速区)を拠点として活動。

実績：2018年世界選手権5位
2017年全日本選手権4位



写真提供 同志社スポーツアトム編集部 撮影:名倉幸

〈オータム・チャレンジ・スポーツにおける施設の利用について〉

※スポーツセンターのご使用にあたって

- 無料開放開始時間がそれぞれ施設により異なります。詳細な時間は各施設へお問い合わせください。
- フロアシューズをご持参の上、活動に適した服装でご利用ください。
- 予約なしでご利用できますが、混雑時はお待ちいただくことがあります。
- ラケットや玉などの用具類は、各施設でも貸出しております。
- 各時間終了ごとに休憩・入れ替えがあります。
- お車でのご来場はご遠慮ください。
- 内容の一部が変更になる場合があります。

※プールのご使用にあたって

- 無料開放開始時間がそれぞれ施設により異なります。詳細な時間は各施設へお問い合わせください。
- 水着、スイムキャップ、タオルを持参してください。
- 小学4年生以下の方は保護者同伴(保護者1人につき3人まで)でご利用いただけます。
- 大阪プールは幼児の利用はできません。
- 参加者が多い場合は、調整のため入場を制限することがあります。
- 内容の一部が変更になる場合があります。
- トレーニングルームの一般利用については原則通常どおり有料です。

9月～11月開催のスポーツイベント



OSAKA CITYWALK

日本市民スポーツ連盟認定大会

大阪シティウォーク 2018-2019



大阪シティウォーク

ざこばの朝市 開催日



淀川舟運の大動脈安治川を歩くコース

9/23日祝

第2回大会

スタート場所
下福島公園(福島区)

天保山まつり 開催日



大阪港天保山まつり記念コース

10/28日

第3回大会

スタート場所
赤レンガ倉庫横広場(港区)

大阪市中央公会堂100周年イベント 開催日



大阪市中央公会堂100周年記念コース

11/18日

第4回大会

スタート場所
大阪城天守閣前本丸広場(中央区)

OSAKA スポーツ大学

OSAKA SPORTS UNIVERSITY 2018

いっしょにするで!!
みんなでスポーツ



中之島公園

水都大阪 心と体のリフレッシュメントDAY

日時:1回目 9月8日(土)

プログラム

- フープエクササイズ①②
大人も楽しい!フーフーフで楽しく美しく
- トランポリン
音楽にあわせて脂肪燃焼!
- リフレッシュヨガ
心と体を動かす開放感溢れるヨガ
- カヌー①
中之島から始まる水都大阪の旅
- フライングディスク①
みんな楽しめる! フリスビーの基本

日時:2回目 9月29日(土)

プログラム

- シティサップ
立っても、座ってもOK! 中之島水上上さなほ
 - カヌー②
中之島から始まる水都大阪の旅
 - フライングディスク②
フリスビーの楽しい遊び方
- ※シティサップ・カヌーの種目は、競技性の特性により濡れる場合がございます。予めご了承の上、お申込みください。

同時開催『リバーサイドヨガフェスタ』

もりのみや

キューズモールBASE

森ノ宮で学ぶ! 健康イキイキライフDAY

日時:2回目 9月24日(祝月)

プログラム

- スポーツボランティア基礎②
スポーツボランティアのスキルとおもてなし
- ストレッチ&ウォーキング
元気で健康な体作りの基本を習得



天王寺公園 (てんしば)

てんしばで遊ぼう! スポーツ・チャレンジDAY

日時:10月7日(日)

プログラム

- 親子で遊ぶ!運動遊び
子どもと一緒に遊び、運動の楽しさを再発見
- グラウンドゴルフ
目指せホールインワン! てんしばで楽しむゴルフ
- タッチラグビー
タックルの代わりに相手にタッチ! 安全で楽しいラグビー
- ダブルダッチ
2本のロープを使った縄跳び
- スポーツボランティア実施①
OSAKAスポーツ大学
「てんしばで遊ぼう! スポーツ・チャレンジDAY」を支える

大阪城公園

大阪の魅力発掘! 大阪城ノルディックウォークDAY

日時:1回目 10月19日(金)

プログラム

- コミュニケーションゲーム
笑顔あふれるコミュニケーションゲーム
- ノルディックウォーキング①
姿勢が良くなる! ボールを使った健康ウォーキング

日時:2回目 11月29日(木)

プログラム

- スリーアイズ(予定)
いつでもどこでもみんなが楽しめるニュースポーツ
- ノルディックウォーキング②
姿勢が良くなる! ボールを使った健康ウォーキング

おおきにアリーナ舞洲

プロスポーツに触れる! ファミリースポーツDAY

日時:10月下旬~11月頃(予定)

プログラム

- セレッソ大阪サッカースクールコーディネーショントレーニング
スペシャリストによる体幹トレーニング
- 大阪エヴェッサアスリート食堂
プロに学ぶ栄養満点レシピ
- キンボール
合言葉はオムニキン! 4人1組のニュースポーツ
- 障がい者スポーツ
車いすバスケットボールやボッチャを体験してみよう!
- ティーボール
オリックス・バファローズと一緒にピッチャーのいない野球にチャレンジ
- スポーツボランティア実施②
OSAKAスポーツ大学
「プロスポーツに触れる! ファミリースポーツDAY」を支える