

第7回 スポーツ交流大会

主催 NPO法人 大阪府高齢者大学校

テーマ 元気に輝く仲間たち !!

日時：平成29年10月11日(水)

会場：大阪府中央体育館(メインアリーナ)

プログラム

| (午前) | (午後) |
|--|----------------------------------|
| 09:15 受付開始 | 12:25 河内音頭 |
| 10:00 開会式・理事長挨拶・選手宣誓 開会宣言・校歌斉唱 準備体操「スポーツ健康科」 | 12:55 玉入れ準備 |
| 10:20 ニュースポーツ用具設置 | 13:10 曜日対抗玉入れ |
| 10:30 曜日対抗ニュースポーツ フープディスクゲッター ニチレクボール ラダーゲッター (7サイクル×15分=105分) | 14:00 用具片付け |
| 12:15 用具片付け | 14:10 フォークダンス |
| | 総合優勝曜日決定 |
| | 14:40 全競技終了 |
| | 14:45 閉会式・成績発表・表彰・ 大会講評(副理事長) |
| | 15:00 終了 |

体力測定

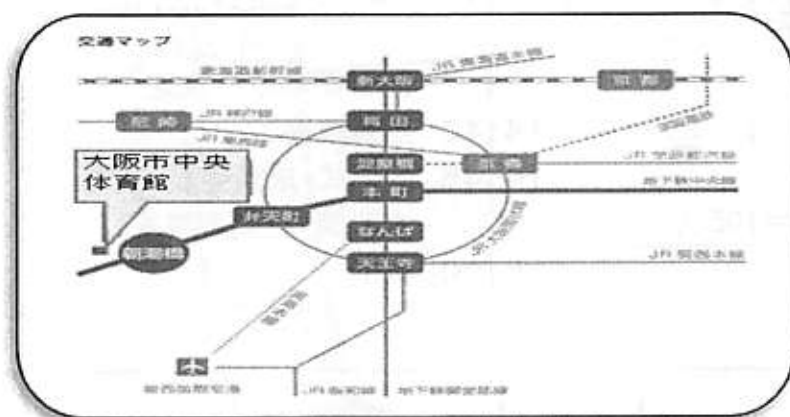
| (曜日別) | (測定時間) | (測定内容) |
|-------------|-------------|-------------------|
| 月曜・区民府民カレッジ | 10:30~11:10 | 着座体前屈 (柔軟性) |
| 火曜・校友会 | 11:10~11:50 | ファンクショナルリーチ (平衡性) |
| 水曜・高大事務局 | 12:40~13:20 | 握力 (筋力) |
| 木曜 | 13:20~14:00 | ストロー (肺機能) |
| 金曜 | 14:00~14:40 | ツーステップ (総合力) |

養父市特別参加されます。

- ・ 学習事業連携協定を結んでいる「養父市」から、安全・安心の農業特産品の販売と観光のPRを頂きます。
- ・ お値打ち品を沢山用意しておりますので、現金でお買い求め下さい。
- ・ 一度立ち寄って、見に来て下さい。

【参加者の皆様へ】

- ◆ 名札を着用してください。
 - ・裏面の「緊急連絡先カード」にご記入してください。
 - ・名札を忘れた場合は、簡易名札をご購入下さい。(受付販売・10円)
 - ・校友会の皆様へは当日、会場受付で名札に代わる「シール」を渡します。
 - ◆ 上履き(裏が汚れていないもの)をご持参ください。
 - ・競技フロアへは、上履き以外は入場出来ません。
 - ◆ 各人の座席は、曜日単位クラス単位で決まっていますので、誘導部の指示でご確認ください
 - ・座席には、クラスごとに「荷物保管の留守番役」を置いてください。
 - ◆ 競技フロアでの飲食は禁止です。飲食は観客席をお願いします。
 - ・昼食時間が設けられていませんので、適宜昼食をお取りください。
(昼食は各自で用意してください)
 - ・当日発生したごみは、必ずお持ち帰りください。
 - ◆ 体調の優れない方は、ご遠慮なく速やかに担当者に連絡ください。
 - ◆ 体育館の競技フロアに傷をつけないようお願いします！
- 以上、皆様の御協力をお願いします。

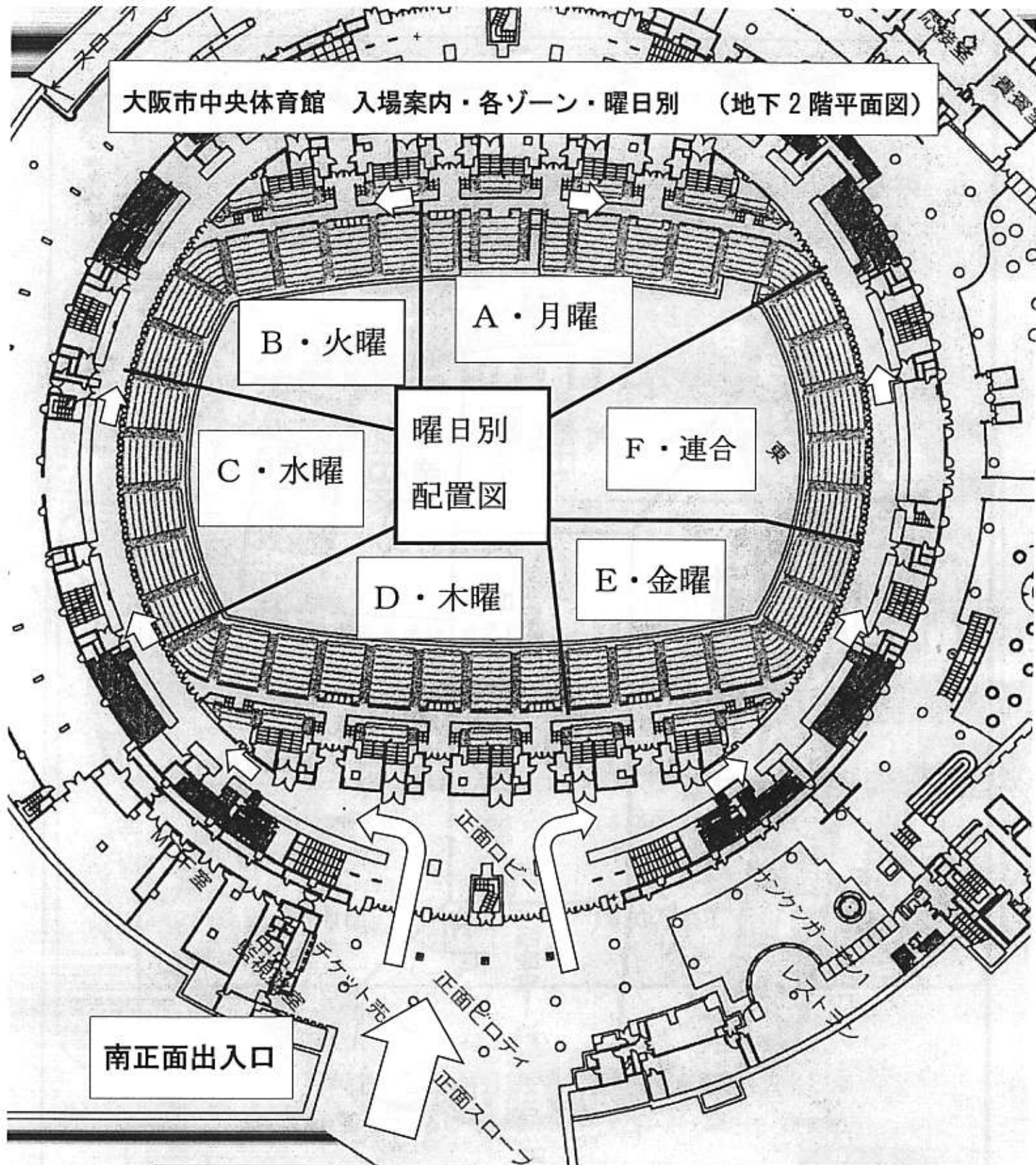


地下鉄・中央線
 「朝潮橋駅」出口2-A

【大阪府高齢者大学校 ・ 校 歌 】

- | | |
|---|--|
| <p>1</p> <p>若さつむげとつどいし仲間 大阪城をあおぎ見て 昨日知らないひとたちが 今日虹の絆を結ぶ We aren't alone, walk on together 元気なシニアの 手本示そう われら われらの大阪府高齢者大学校</p> | <p>2</p> <p>いにしえ人が夢見しあとの なにわのみやを横に見て 共に学んだ佳き日々は あすを生きる勇気になる We aren't alone, walk on together 若者たちへの 手本示そう われら われらの大阪府高齢者大学校</p> |
|---|--|

大阪市中央体育館 入場案内・各ゾーン・曜日別 (地下2階平面図)



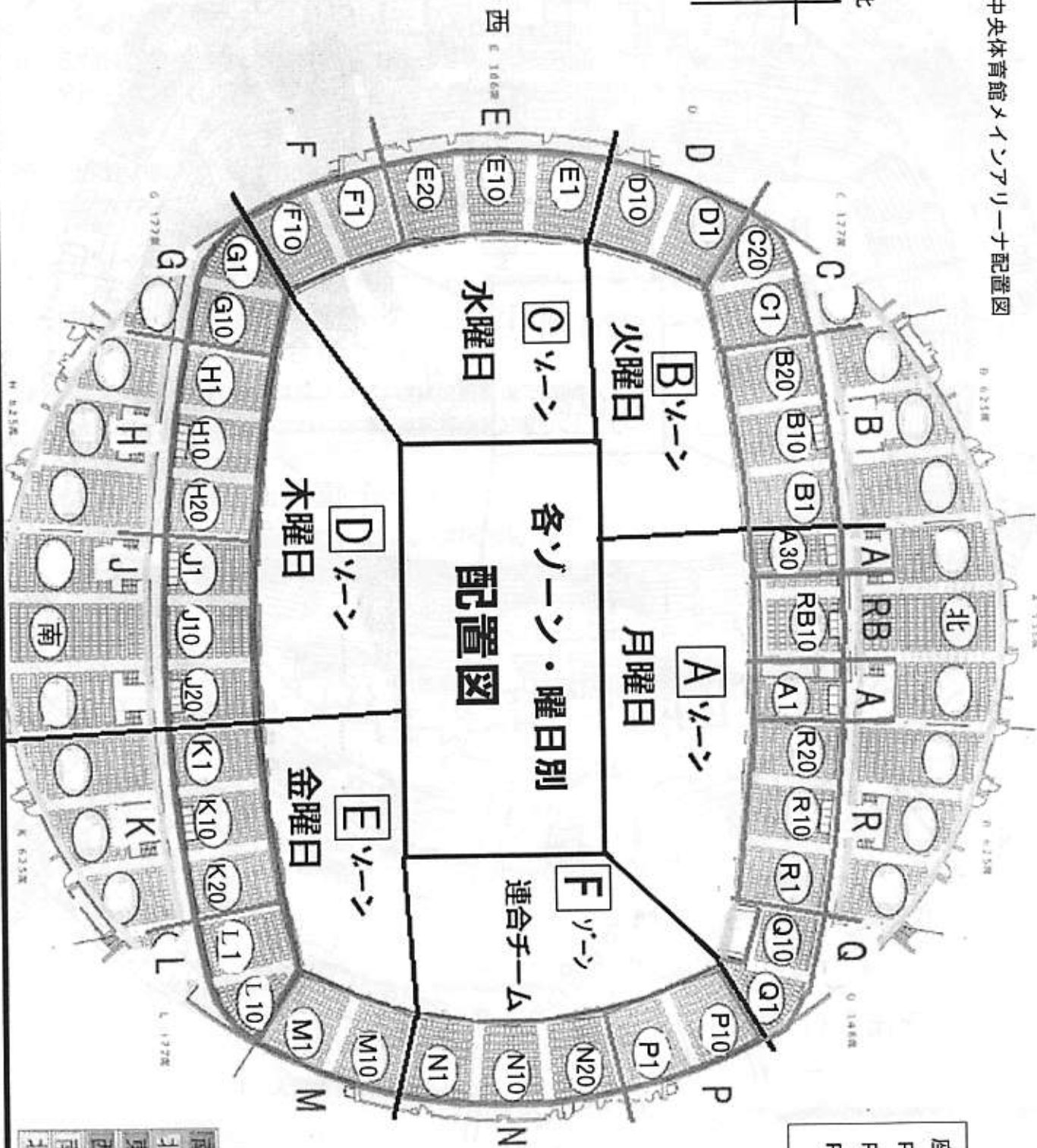
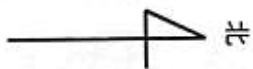
受講曜日別ごとに各クラス科の着席ゾーンを決定しております。

受講曜日のゾーン苦を確認して、そのゾーンへお進みください。

各ゾーンでは着席していただく座席を表示しておりますので、

その表示に従って着席してください。

大阪市中央体育館メインアリーナ配置図



各ゾーン・曜日別
配置図

座席番号の見方
 R 1=Rコーナー1番台
 R 10=Rコーナー10番台
 R 20=Rコーナー20番台

| | | | |
|-----------|--------|---|--------|
| A | 5,316席 | N | 1,066席 |
| B | 6,258席 | O | 2,048席 |
| C | 1,278席 | Q | 1,488席 |
| D | 2,048席 | R | 5,758席 |
| E | 3,066席 | | |
| F | 2,048席 | | |
| G | 1,278席 | | |
| H | 9,258席 | | |
| I | 7,238席 | | |
| J | 6,258席 | | |
| K | 1,778席 | | |
| L | 2,048席 | | |
| M | 1,066席 | | |
| 計: 7,332席 | | | |

| | |
|------------------|-------|
| 南(庄面) | 1159席 |
| 北(北玄関) | 1009席 |
| 東 B ₂ | 714席 |
| 西 B ₂ | 714席 |
| 南 B ₁ | 1168席 |
| 北 B ₁ | 1168席 |