

第68回 中河地区市民体育大会 実施競技

No.	種 目	対象者	人員	T/F	得点	リレー	競技説明		
1	輪投げリレー	小学生 一般女子	各2人	4	T	○ ○	フラフープを持ってスタートし、フラフープを投げカラーコーンに入ったら次の走者がフラフープを外し、そのフラフープを持って次のコーンをめざすリレー競技。		
2	家族で繋ごうリレー	幼児 父母 祖父母	5名	5	T	○ ○	幼児と祖父母が手を繋いで中央にあるお菓子を取って父母が待つゴールに向かう。		
3	綱引き (第1部)	一般男子 女子	10人	10	F	○ /	1回戦・2回戦。時間は30秒または2m引き込み。		
4	障害物リレー (女子)	一般女子	2人	2	T	○ ○	第1走者…ネット→平均台→ラムネ 第2走者コーラ飲み→マット前転2回→パン食い		
5	障害物リレー (男子)	一般男子	2人	2	T	○ ○	第1走者…ネット→平均台→ラムネ 第2走者コーラ飲み→マット前転2回→パン食い		
6	玉入れ (女子)	女子(小学生以上)	6人	6	F	○ /	6人で籠目掛けて玉を入れる。(時間1分間) 2地区が一つの籠を目掛けて玉入れをする。		
7	玉入れ (男子)	男子(小学生以上)	6人	6	F	○ /	6人で籠目掛けて玉を入れる。(時間1分間) 2地区が一つの籠を目掛けて玉入れをする。		
8	中河をまもろうぜ!	小学生 区長 一般女子 一般男子	1人 1人 1人 1人	4	T	○ ○	小学生からスタートし、途中に置いてあるリュックを背負い第2走者(区長)へ渡す。 第2走者(区長)は受け取ったリュックを背負い、走り、途中に置いてあるヘルメットをかぶり第3走者へ渡す。 第3走者は、渡されたリュックとヘルメットをきちんと装着し、途中に置いてある水の入ったペットボトル(2ℓ)2本をリュックに入れ第4走者へ。 第4走者はリュックとヘルメットを装着し、途中に置いてある土のうを2つ持ってゴールへ。		
9	借り物競争	一般男子	1人	1	F	○ /	スタート後前方に設置しているお題にあった物(者)と一緒にゴールし審判のチェックを受けお題にあったらゴール		
10	綱引き (第2部)	一般男子 女子	10人	10	F	○ /	3位決定戦及び優勝決定戦。時間は30秒または2m引き込み。		
11	発育リレー	小学生(男女問わず)	1人	10	T	○ ○	第1走者：小学生 半周	第5走者：30歳代男子 1周	第9走者：50歳代男子 半周
		20歳代・30歳代	各1人				第2走者：20歳代女子 半周	第6走者：40歳代女子 半周	第10走者：60歳代男子 半周
		40歳代・50歳代					第3走者：20歳代男子 1周	第7走者：40歳代男子 半周	
		60歳代男	1人				第4走者：30歳代女子 半周	第8走者：50歳代女子 半周	
12	お菓子がいっぱい	幼児 小学生低学年 (1~2年生)	何人でも		F		途中に置いてあるお菓子を拾ってゴールへ。		

【日 程】

6:00 実施有無決定

6:30 理事集合 ・会場設営、準備物、賞品等搬入、最終チェック

8:00 開会式 ・行進せず直接グラウンド指定場所に整列

8:30 競技開始

12:00 競技終了

12:10 閉会式

12:30 解散

[得点の計算] 綱引きは1位14点。4位までは1点ずつ減。
1回戦敗退は3、5点。2回戦敗退は8、5点。

リレー種目は1位14点。以下2点ずつ減。 ※「一般」の定義：18歳以上(高校生は不可)

* 昨年からの変更点は赤字で記載しています