

# スポーツ&カルチャーフェスティバル スポカル2015 in つどーむ

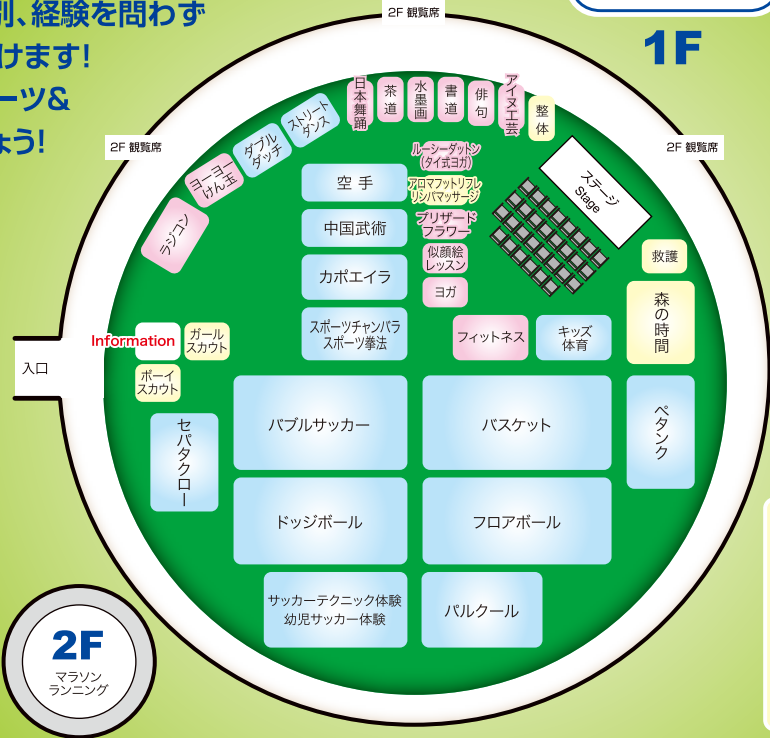
スポーツ&カルチャー全種目が無料で体験できます!(一部有料)

子供から大人まで年齢、性別、経験を問わず

どなたでもお楽しみいただけます!

スポカルをきっかけにスポーツ&カルチャーを始めてみましょう!

## 会場案内



## スポーツ

- ★バスケット
- ★バブルサッカー
- ★サッカー
- ★ドッジボール
- ★マラソン&ランニング
- ★空手
- ★中国武術
- ★カポエイラ
- ★スポーツ拳法
- ★スポーツチャンバラ
- ★セバタクロール
- ★ダブルダッチ
- ★パルクール
- ★フロアボール
- ★ベタンク
- ★キッズ体育

Sports

## カルチャー

- ★フィットネス
- ★ヨガ
- ★ストリートダンス
- ★ルーシーダットン(タイ式ヨガ)
- ★日本舞踊
- ★茶道
- ★書道
- ★水墨画
- ★俳句
- ★アイヌ工芸
- ★ラジコン
- ★ヨーヨー&けん玉
- ★プリザーブドフラワー
- ★似顔絵レッスン

Culture

## その他

- ★アロマフットリフレ&リンパマッサージ
- ★整体
- ★ボーイスカウト
- ★ガールスカウト
- ★ふるさとを歌う会 in 札幌 森の時間

### ★レバンガ北海道「バスケット」体験

プロバスケットチーム「レバンガ北海道」の選手とコーチが、バスケットの基本をお教えいたします。現役のプロ選手から直接習えるチャンスです!ぜひ体験しましょう!

### ★フットサルスタジアム蹴「バブルサッカー」体験

バブルボールを使い、バブルサッカー、バブル相撲、バブルロワイヤルなどを体験していただけます。年齢性別問わずどなたでも楽しめます! ※16歳以上で体重90kg以下の方限定

### ★FIBRA FC「サッカーテクニック&幼児サッカー」体験

ドリブルやリフティング、キックフェイントなどのスーパーテクニックをお教えいたします!(小学生限定)幼児サッカー体験ではコーチと一緒にサッカーの楽しさを体験してみましょう!

### ★AtoJストリートダンス「ストリートダンス」体験

ヒップホップダンスを中心に様々なストリートダンスを体験することができます。ダンスに興味のある方やダンスを始めてみたい方、ぜひ体験してみませんか?!

### ★ウェルネススクエア札幌「フィットネス・ヨガ」体験

フィットネスでは、腰痛体操・肩こり改善など、普段運動をしない方も気軽に参加いただけるプログラムを多数用意しております。足のむくみ、ぼっぴおなどのお悩みを解消初めの方、体が硬い方も安心して参加ください。

### ★ルーシーダットン「タイ式ヨガ」体験

誰でも気軽に簡単に出来る事が特徴のタイ式ヨガ「ルーシーダットン」。筋力や柔軟性なども問われるポーズが少ない為、幅広い年齢層の方が気軽に行えます。ぜひ一度体験してみませんか!

### ★札幌ドッジボールクラブ ジョイフル「ドッジボール」体験

遊びではなく競技のドッジボールを、全国共通のルールでお教えいたします!ぜひこの機会にドッジボールの楽しさを体験しましょう! ※小学生限定

### ★スーパースポーツゼビオ「マラソン&ランニングシューズ」体験

スーパースポーツゼビオが最新のマラソンランニングシューズを多数用意!実際に1周400mのコースを走って試す事ができます。また気に入ったシューズがあれば、その場で購入する事も可能です!

### ★正道会館 北海道本部「空手」体験

「正道会館 北海道本部」の先生が、空手の基礎をお教えいたします。初めての方大歓迎です!年齢、性別問わずどなたでもご参加できます!

### ★日本舞踊流「日本舞踊」体験

日本の伝統的なダンス「日本舞踊」。年齢性別問わずどなたでも体験することができます!着物と扇子をご用意しておりますので、ぜひこの機会に体験してみませんか!講師は泉流の名取が担当いたします。

### ★「書道」体験

書道の先生が筆の使い方や文字の書き方などをお教えいたします。数に限りがございますが色紙に習った一文字を書いて、その色紙を記念にプレゼントいたします!

### ★水墨画家 村井純一「水墨画」体験

水墨画に聞いて難しいイメージがございませんか?そんなイメージが水墨画を体験する事で一変します!ぜひこの機会に体験しましょう!

### ★札幌市スポーツチャンバラ協会「スポーツチャンバラ」体験

年齢性別問わず、誰でも簡単にできる「スポーツチャンバラ」!札幌市スポーツチャンバラ協会の講師がお教えいたします!ぜひご家族で、ご友人同士で体験しましょう!

### ★北海道スポーツ拳法連盟合気少林拳・真心会総本部「スポーツ拳法」体験

北海道スポーツ拳法連盟の先生が、スポーツ拳法の基礎などをお教えいたします!年齢、性別問わずどなたでも体験できます!初心者の方大歓迎です!

### ★北海道中国武術倶楽部「中国武術」体験

日本代表も輩出している北海道中国武術倶楽部の講師が教える、中国武術体験コーナーでは太極拳とカンフー棍棒が体験できます!カンフー映画好きには特にオススメ!ぜひ体験しましょう!

### ★「俳句」体験

NHK俳句会会員の田中實が、俳句についてお教えいたします。短冊をご用意しておりますので、ぜひ記念に一句作ってみませんか!

### ★武者茶道石州怡溪流宗家「茶道」体験

茶道コーナーでは、お茶の飲み方、お菓子の食べ方を学べ、また実際に茶を点てる体験もできます。武士の間で嗜まれていた武者茶道は、今庶民の茶道として、復活しています。ぜひこの機会に体験しましょう!

### ★アイヌ工芸家 水野純平「アイヌ工芸」体験

北海道の先住民族であるアイヌの木彫品や着物など伝統的な工芸品の展示と、アイヌ文化財団認定の伝統工芸家、水野純平によるムックリ作製&演奏を体験できます!

### ★カポエイラ ビジウロ マンガガ「カポエイラ」体験

ブラジル発祥のスポーツ「カポエイラ」体験では、音楽に合わせて格闘技の動きを使い、楽しく体を動かします。年齢、性別問わず誰でも楽しめます。数少ない機会ですので、ぜひ体験しましょう!

### ★北海道セバタクロール協会「セバタクロール」体験

足のバレーボールと言われるスポーツ「セバタクロール」。セバタクロール協会の講師がセバタクロールの基本的な技術などをお教えいたします。ぜひ体験しましょう!

### ★北海道ダブルダッチ協会「ダブルダッチ」体験

2本の縄を使って色々な技を交えながら跳ぶ縄跳び「ダブルダッチ」。インストラクターがダブルダッチの技をお教えいたします。年齢性別問わずどなたでも体験できます!

### ★Dosanco Slala Pro「似顔絵レッスン」体験

北海道の似顔絵屋さんDosanco Slala Proのアーティストが、似顔絵の描き方をお教えいたします。絵が上手い方も下手な方もこの機会に体験してみませんか!

### ★プロ模型&ミニッツカフエ「ラジコン」体験

1/27サイズのラジコン「ミニッツレーサー」を体験することができます。専用のコースを設置し、指導員が優しく丁寧に教えていただきますので、初心者の方でも安心して体験できます!

### ★YOYO SPACE AS「ヨーヨー&けん玉」体験

最先端の入門ヨーヨーから世界大会で使用されるプロモデルヨーヨーと、ストリートKENDAMAを体験できます!気に入った物があったらその場で購入も可能です!

### ★Sapporo Parkour Krew「パルクール」体験

走る跳ぶ登るなどの移動動作で身体を鍛える事を目的としたスポーツ「パルクール」。専用コースを設置し、インストラクターが基本的な動作をお教えいたします。パルクールを体験する事ができる貴重な機会です!ぜひ体験しましょう!

### ★一般社団法人北海道フロアボール普及プロジェクト「フロアボール」体験

スティックを使ってプラスチック製のボールをゴールに入れて競う、ホッケーのようなスポーツです。中々体験する事ができないスポーツですので、ぜひ一度体験してみませんか!?

### ★札幌ベタンク協会「ベタンク」体験

フランス生まれの球技で、誰でもすぐにでき、しかも奥の深いスポーツです。チームで作戦を立てながら投げるので、体も頭も活性化されます。この機会にぜひ体験してみませんか!

### ★ウェルネススクエア札幌「キッズ体育」体験

キッズ体育では、陸上、ボール運動、ダンスを取り入れたオリジナルのプログラムでお子様を楽しく体を動かす事ができます。運動が苦手なお子様も気軽にご参加いただけます!

### ★Mele Ohana「プリザーブドフラワー&スイーツデコ」体験

フランス生まれの枯れないお花「プリザーブドフラワー」の簡単ブチアレンジメント作りを体験できます(有料)。また粘土で作るスイーツデコ体験もできます(無料)ぜひこの機会に体験しましょう!

### ★ボーイスカウトおもしろ体験「ロープ結びや計測など、ボーイスカウトの技術をお教えいたします。ぜひ体験しましょう!

ロープ結びや計測など、ボーイスカウトの技術をお教えいたします。ぜひ体験しましょう!

### ★アロマフットリフレ&リンパマッサージ

足裏の反射区やふくらはぎを刺激する事により、血行やリンパ液の流れが良くなり老廃物の排出をスムーズにしてくれます。無料で体験できますので、ぜひ体験しましょう!

### ★カイロプラクティックサロン WAVE「整体」コーナー

カイロのセルフケア無料体験コーナー!ゴムバンドの骨髄適して、ウエスト回りスッキリ!BCB運動レッスン!姿勢の歪み診断もいたします!家族のケアができる1日カイロ教室やプロ養成コースの案内もしております。 ※1ヵ所500円で施術も行っております。

### ★ふるさとを歌う会 in 札幌「森の時間」

「できる人が、できる時に、できるだけ」をテーマに自分の出来る事で参加し、地域を大切に思い合う仲間活動しています!今回は「札幌軟石や給付体験」「手作りの野球グローブ体験」「森の時間」リフレプロジェクトグッズ販売!など合計10個のブースがございます!ぜひお立ち寄りください!

## ステージイベント

午前、午後とステージ上では様々なステージイベントを行っております!

北海道中国武術倶楽部による中国武術演武や書道パフォーマンス、ファイターズガールのダンスショーなど盛りだくさんの内容となっております!

この盛りだくさんな内容が、1日全て無料で体験できます!ぜひご家族で、ご友人同士で、お1人様でも大歓迎です!年齢、性別、経験を問わずどなたでも楽しめるイベントです!ぜひスポーツ&カルチャーをはじめ「きっかけ」をつかんでください! ※一部有料コーナー有



会場 札幌市スポーツ交流施設 つどーむ TEL 011-784-2106

札幌市東区栄町885番地1

地下鉄東豊線栄町駅より徒歩10分

無料駐車場300台完備

お問い合わせ スポカル実行委員会

TEL 011-788-5121

<http://sports-culture.net>

スポカル in つどーむ

検索

