

令和7年度 陸上競技普及教室 開催要項

1. 目的 陸上競技に必要な技術を習得し、参加者個々の目標と2029年に開催される全国障害者スポーツ大会(湯けむり国スポ・全スポぐんま)に向け参加者同士で練習をすることで競技力向上を目指すと共に、パラスポーツの普及発展に努めることを目的とします。

2. 主催 群馬県立ふれあいスポーツプラザ

3. 協力 株式会社 オーエックス関東(内諾済み)



4. 日時 令和7年 4月 ~ 9月 15時 ~17時 【態度決定時間】10時00分
令和7年10月 ~ 令和7年 3月 13時 ~15時 【態度決定時間】10時00分
毎月1~2回程度 土曜日又は日曜日

(群馬県障害者スポーツ大会、ぐんまマラソ、陸上競技交流記録会参加含む)

※悪天候で開催の判断が難しい場合は電話にて問い合わせください。

※体育室で行う場合もあります。室内用運動靴の準備をお願いします。

※4月から9月の期間は、教室終了後17時から17時30分の間、希望者のみプールを利用して基礎運動やクールダウンを行います。希望者は水着・キャップ等の準備をお願いします。ゴーグルは使用しなくても入水できます。

※荒天時や日程等が変更になった場合は、陸上教室専用 LINE(登録者のみ)又は申込書に記載されたメールアドレスに連絡致します。

5. 会場 群馬県立ふれあいスポーツプラザ 陸上競技場、ソフトボール場、体育室、(プール期間限定)

6. 受付場所 テラス【4月~9月】15時~ 【10月~3月】13時~

7. 対象 障害者手帳をお持ちの方で、各種陸上競技大会、記録会に参加する意欲のある方

8. 内容 陸上競技のスキルアップのためのトレーニング、記録測定等



9. 参加費 無料 ※但し、大会に参加するための費用は自己負担

10. 申込期間 随時受付

11. 申込方法

1. 別紙申込用紙

必要事項を記入のうえ、持参・FAX・郵送のいずれかでお申し込みください。

① 持参の場合:開館日、午前9時~午後5時までにお持ちください。

② FAX の場合:送信後、開館日の午前9時~午後5時に電話で受取の確認をしてください。

③ 郵送の場合:下記の宛先に郵送してください。

※開催要項・申込書は、プラザホームページよりダウンロードできます。

2. Google フォーム申込

下記のQRコードを読み込み、必要事項の入力をしてください。

[Google フォーム](#)



(裏面あり)

12. その他
- ① プラザ利用証をお持ちでない方は、参加予定日までに利用証の発行手続きを行ってください。
 - ② 使用する道具等が体型に合わない場合がありますので、ご了承ください。
 - ③ 当日参加できなくなった場合は、担当者まで連絡してください。
 - ④ 介助やご家族の方には、タイム計測などお願いすることがあります。
 - ⑤ 1人で走れない方などは、必ず介助者をつけるようお願いします。
 - ⑥ 収集した個人情報については、事業運営に必要な目的以外には使用しません。
 - ⑦ ぐんまマラソン(リバーサードの部:4.2kmのみ)11月3日(月・祝)に現地集合現地解散をできる方を募り参加予定です。

13. 申込問合先 群馬県立ふれあいスポーツプラザ 〒379-2214 伊勢崎市下触町238-3
 TEL:0270-62-9000 FAX:0270-62-8867
 E-mail:fureai@sunfield.ne.jp 件名「令和7年度陸上競技普及教室の申込について」
 ※開館日の午前9時～午後5時をお願いします。

【プラザLINE(ライン)】



14. 令和7年度カレンダー

令和7年

4月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

5月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

6月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

7月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

8月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

※9/21 県障害者スポーツ大会(陸上)

10月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

11月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

※11/3 ぐんまマラソン
 ※11/16 交流記録会

12月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

令和8年

1月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

3月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

※ ○ 印は開催予定日です。日程は変更になる場合があります。
 ※ ■ は休館日です