

中野区オリンピック・パラリンピック推進事業
東京2020大会に向けた

開催500日前

カウントダウン事業 in NAKANO
One Nakano Going To 2020

参加
無料

※障がいの有無にかかわらずどなたでもご参加頂けます。



開催日: 2019年3月17日(日)

時間: 開始10:00~終了15:00
中野四季の森公園イベントエリア



中野区公式HP

パフォーマンスショー



一輪車クラブ
ミルキース



宝仙学園高等学校
女子部ダンス部
ReguLu's



明治大学
男子チアリーディングチーム
ANCHORS

ゲスト



稲村亜美



ザ☆健康ボーイズ

MC



DJケチャップ

ONE NAKANO
ULTIMATE RACE

様々な種目を体験するオリジナルの陸上レース。ゲストの皆さんが本気でレースに挑みます! 当日、ゲストと一緒にレースに参加する方を募集します。

走り方教室 事前申込み制(20名)



北京オリンピック
陸上男子4×100m リレー
銀メダリスト
高平慎士

正しい走り方など、あらゆる運動の基本となる「走り」をオリンピック銀メダリストが直接子どもたちに教えます。

【走り方教室申込方法】

対象:小学生もしくは中学生
申込方法:3月6日(水)~
3月15日(金)(※土日祝除く)
9時~17時に下記連絡先に電話にて申込、または直接区役所6階2番窓口スポーツ環境整備担当へ。
TEL:03-3228-8864
中野区役所6階2番窓口
文化・スポーツ分野
スポーツ環境整備担当

デモンストレーション



パラ走り高跳び
デモンストレーション
リオパラリンピック
陸上男子走り高跳び 日本代表
鈴木徹



競歩
デモンストレーション
北京オリンピック
50Km競歩7位入賞
山崎勇喜

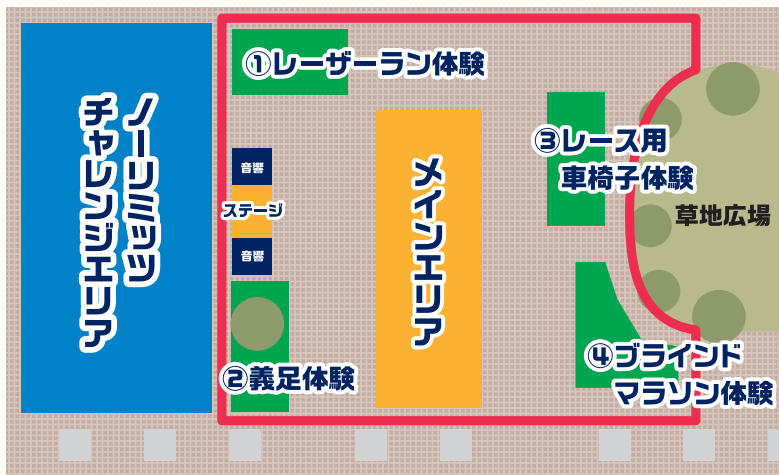
ACCESS
会場アクセス

中野四季の森公園
イベントエリア

〒164-0001
東京都中野区中野4丁目12
アクセス:JR中野駅北口から
徒歩8分



会場内Map



※配置は事情により変更の可能性があります。

ノーリミッツ チャレンジエリア

NO LIMITS CHALLENGE

東京都主催のパラリンピックの体験プログラムである「NO LIMITS CHALLENGE」にて、ポッチャの体験会とアーチエリーの簡易体験会、パラリンピックに関する展示等を実施します。また、ゲストアスリートにはポッチャの佐藤駿(さとら・しゅん)選手をお迎えし、トークショーを交えた体験会も実施します。この機会にぜひご参加ください!

第20回(2018)日本ポッチャ選手権大会 3位
佐藤駿(さとら・しゅん)選手

メインエリア

アスリートによる競技の実演や体験教室やゲストタレントの皆さんと一緒に競技を体験したりと、イベントを大いに盛り上げます。また、中野区内で活動する団体の皆様によるショータイムも行います。

① レーザーラン体験

「キング・オブ・スポーツ」とも呼ばれる近代五種の一つレーザーラン。実際は、射撃とランニングを交互に4回行い、着順を競う。射撃(レーザーピストル)体験では弾を命中させる難しさや、限られた時間内で打ち続ける集中力を体験し、繊細な競技を体験しましょう。



② 義足体験

競技用義足は、近年素材・形状などの研究開発が進んでおり、パフォーマンスを最大限に発揮する上で重要になっています。サポートスタッフの補助を受けながら、使いこなす難しさやそれを使いこなすアスリートの凄さを体感してみましょう。



③ レース用車椅子体験

レーサーという高速走行用に開発された競技用車いすは、腕の力など上半身の力だけで走ります。操作の難しさや走り出すスピードなど、実際に乗ってみて体験してください。



④ ブラインドマラソン体験

目隠しをし、伴走者(ガイドランナー)の誘導を受けながら走ります。体の一部ともいえる伴走者とコミュニケーションを取りながらスムーズに走る難しさを体験してみましょう。



スケジュール

メインエリア	
10:00	開場
10:30	オープニングタイム ゲスト紹介
10:45	OPENING SHOW① ・一輪車クラブ「ミルキーズ」によるパフォーマンス
11:00	走り方教室 ・オリンピック高平慎士による走り方教室
11:50	競歩デモンストレーション ・オリンピック山崎勇喜によるデモンストレーション
12:20	パラ走り高跳びデモンストレーション ・パラリンピアン鈴木徹によるデモンストレーション
12:40	SHOWTIME② ・宝仙学園高等学校女子部ダンス部「ReguLu's」によるパフォーマンス
13:00	ONE NAKANO ULTIMATE RACE ・ゲストと対決/オリジナル陸上レース
13:45	SHOWTIME③ ・明治大学男子子アリーディングチーム「ANCHORS」によるパフォーマンス
14:00	ONE NAKANO Going to 2020 CEREMONY ・中野区絵はがきコンクール「みんなの2020」表彰式や ゲストによるトークショー、鳳蝶会による東京五輪音頭など
14:40	終了
15:00	

自由体験コーナー

開場時間 (10:00~15:00)

↑

① レーザーラン体験、
② 義足体験、
③ レース用車椅子体験、
④ ブラインドマラソン体験、
この4つは自由に体験できます

↓

13:00~14:00
運営一時休止

15:00 終了



【主催】:中野区、中野区オリンピック・パラリンピック推進実行委員会
 【お問い合わせ先】:中野区役所 健康福祉部 文化・スポーツ分野 スポーツ環境整備担当 TEL:03-3228-8864
 Email:bunkasports@city.tokyo-nakano.lg.jp

※雨天時は、一部コンテンツが中止となる場合がございます。
 ※時間、出演者などは都合により変更になる場合があります。