



「豊かさと幸せに挑み続ける三ガク都」
松本市基本構想2030に基づき、
スポーツを通して気軽に

「みとめる」「まなぶ」
「いかす」「つなぐ」「いどむ」

の5つの行動目標を達成しよう!

フィジカルゾーン

本気で挑戦!
あなたの体力を測ってみよう!

エンジョイゾーン

あつまれエンジョイゾーン!
段ボールジェンガや筒けん等、
たのしい体験型ゲームが目白押し!
みんなで気軽に挑戦して盛り上がりよう!

チャレンジゾーン

やってできないことはない、
自分にチャレンジ! チャレンジ!



上履きを
持ってきてね!

詳細は
こちらから



2026

参加
無料

エニシングゾーン

バルーンアートやってみよう!
2階の会場も盛り沢山!

軽食販売 てくてく おすすめ!
《山賊バーガー》おいしいよ!
■販売/11時から

お楽しみ抽選会

いろいろな体験をして
豪華景品をゲットしよう!

デモンストレーション



ダブルダッチ

by松本深志高校ダブルダッチ部

事前予約不要



ジャグリング

by信州大学ジャグリングサークルサイクロイド



令和8年 **10月4日** 日 9:00 ~ 15:30

(**エア・ウォーターアリーナ松本**)
(松本市総合体育館)

松本市美須々5-1 TEL.0263-32-1818

主催 | 松本市、松本市スポーツ推進委員協議会

主管 | ファミリースポーツカーニバル実行委員会

駐車場に限りがございますので、公共交通機関もご利用ください。

協力

信州大学、松本大学、長野県理学療法士会、長野県レクリエーション協会、信大ジャグリングサークルサイクロイド、
松本深志高校ダブルダッチ部、Re.road、シンコースポーツ、ダートフリーク、てくてく ※いずれも略称

ミニゲームコーナー
(豆つかみ・巨大神経衰弱)

エニシングゾーン

キッズ
自転車体験

サブアリーナ

電動車いす
サッカー体験

ジャグリング体験
(午前中のみ)

パラスポーツ体験
(午後のみ)

(ポッチャ・競技用車いす)

1Fへ

リズム
ゲーム

注意事項

- 駐車場には限りがございます。乗合せや公共交通機関でのご来場にご協力ください。
- 保険は、主催者側で加入します。最低限の補償となりますのでご了承ください。
- メイン・サブアリーナ内、第2トレーニングルームでの飲食は禁止です。(水分補給は可能)
- 敷地内は原則禁煙です。喫煙の際は、必ず所定の喫煙所をご利用ください。

2F



1F

エニシングゾーン

バルーンアート

山賊バーガー販売

■販売/11時から

エンジョイゾーン

段ボール
ジエンガ

筒けん

ドッチビー
ストラックアウト

ビリボ

ステッピー

カップ倒し

メインアリーナ

デモンストレーション

・ダブルダッチ・ジャグリング

ダブルダッチ

パラシュット

人力発電

チャレンジゾーン

スポーツチャンバラ

フィジカルゾーン

記入スペース

受付・血圧

握力・身長

上体起こし

シャトルラン受付

開眼片足立

10m障害物歩行

立ち幅跳び

反復横跳び

長座体前屈

総合判定

シャトルラン・6分間歩行

お問い合わせ

ファミリースポーツカーニバル実行委員会事務局

事前

TEL.0263-45-9511

当日

TEL.0263-32-1818

〒390-0801 松本市美須々5-1 松本市スポーツ部スポーツ事業推進課内

松本市
スポーツ推進委員
協議会HP



受付

正面入口