

フレンドシップリーグ  
40周年記念

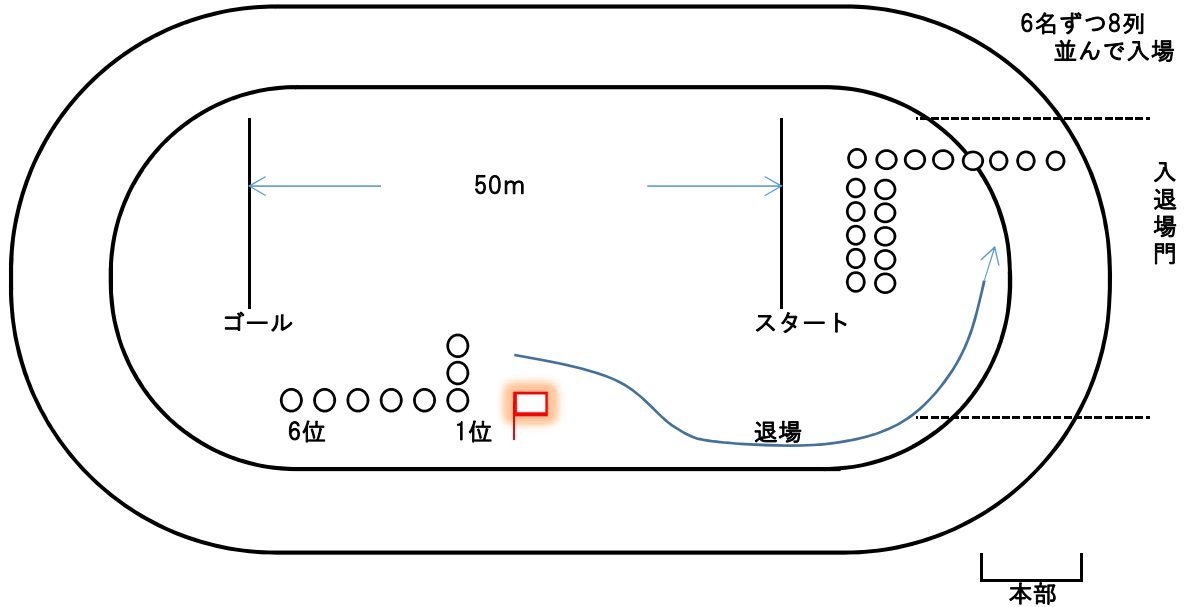
大 運 動 会

<< 実施要綱 >>

とき:平成29年9月10日 日曜日

場所:雁ノ巣 多目的グラウンドA・B・C

2	ちびっこRUN	各ブロック3年生以下 12名
---	---------	----------------



- 1レース 6名ずつ×8レース
- 50mかけっこ

担当者	
用具	スタートピストル ゴールテープ 順位 1位~6位

所要時間 15分

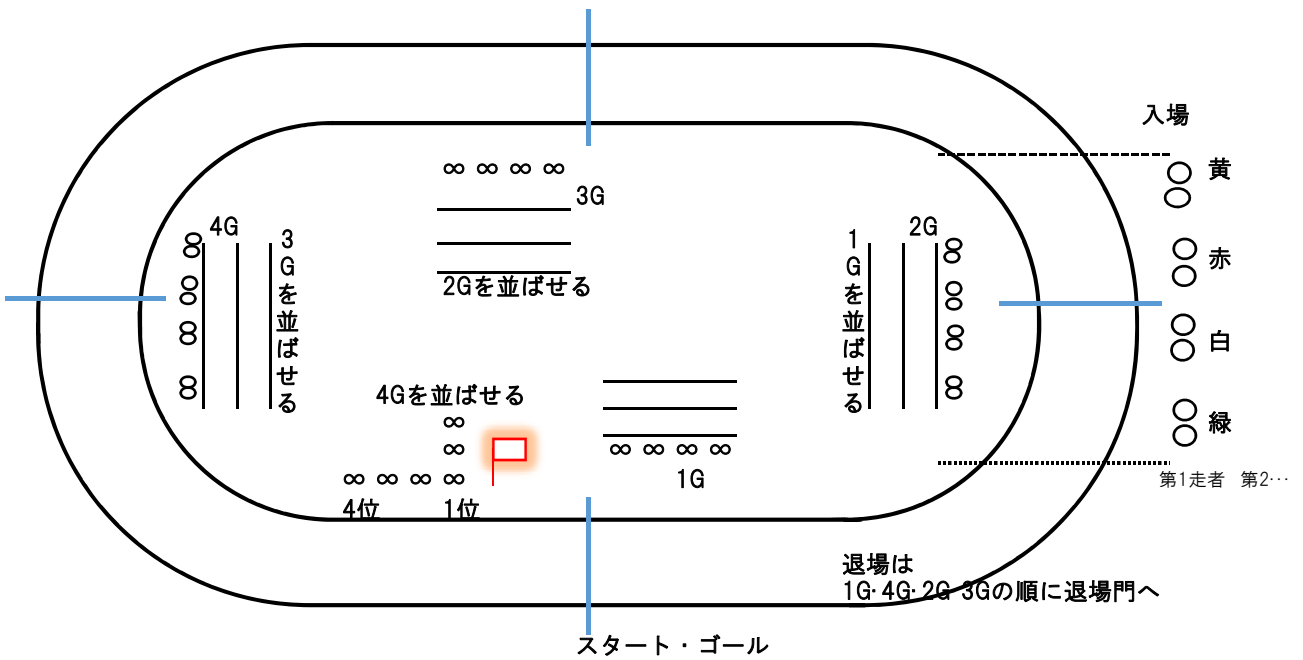
競技実施時間 9:00~9:15

参加人数 低学年選手

12人×4ブロック=48人

	1	2	3	4	5	6
得点	6	5	4	3	2	1
賞品						

3	2人3脚リレー	各ブロック 子16名 大人16名
---	---------	------------------



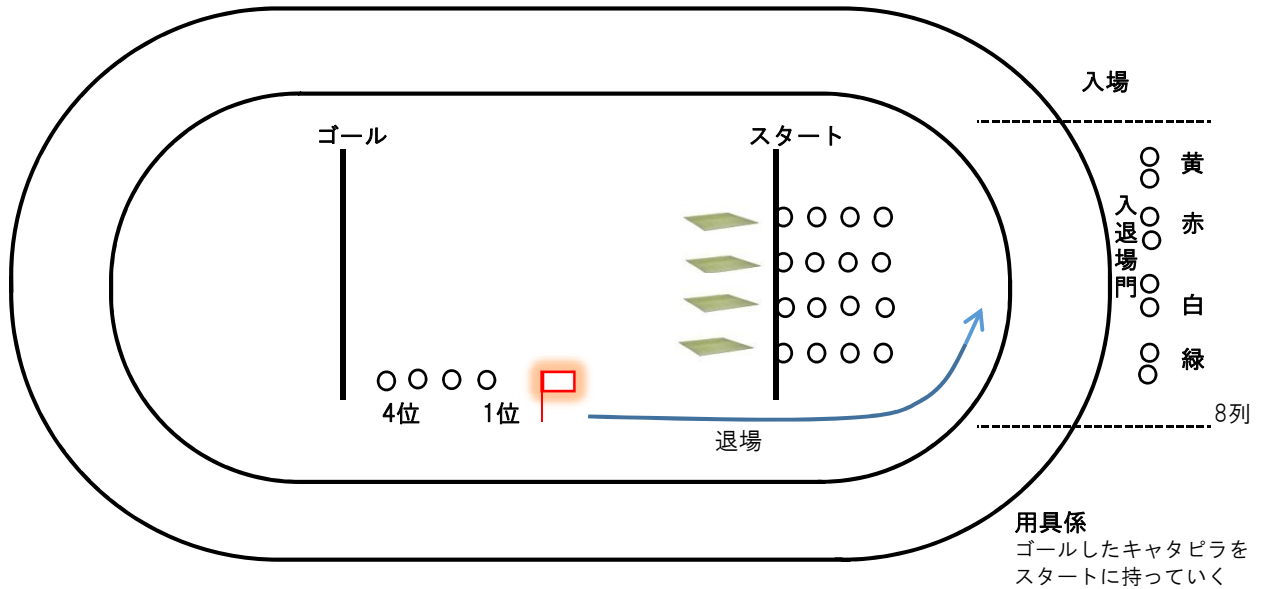
- 選手と保護者ペア
- 各ブロック1組ずつ 第1～第4走者で1レース
- 4レース

担当者	
用具	スタートピストル 足ひも 16本 ゴールテープ 順位 1～4位 バトン (赤・白・黄・緑×1)

所要時間 25分  
 競技実施時間 9:15～9:40  
 参加人数 選手 64人  
 保護者 64人

	1	2	3	4	5	6
得点	4	3	2	1	/	/
賞品					/	/

4	キャタピラ競争	3年生以下 各ブロック16名
---	---------	----------------



- キャタピラに2人ペア
- 直線 20 m
- キャタピラが全部入ったらゴール
- 4レース

担当者	
用具	スタートピストル キャタピラ 4枚 予備4枚 順位 1~4位

所要時間 20分

競技実施時間 9:40~10:00

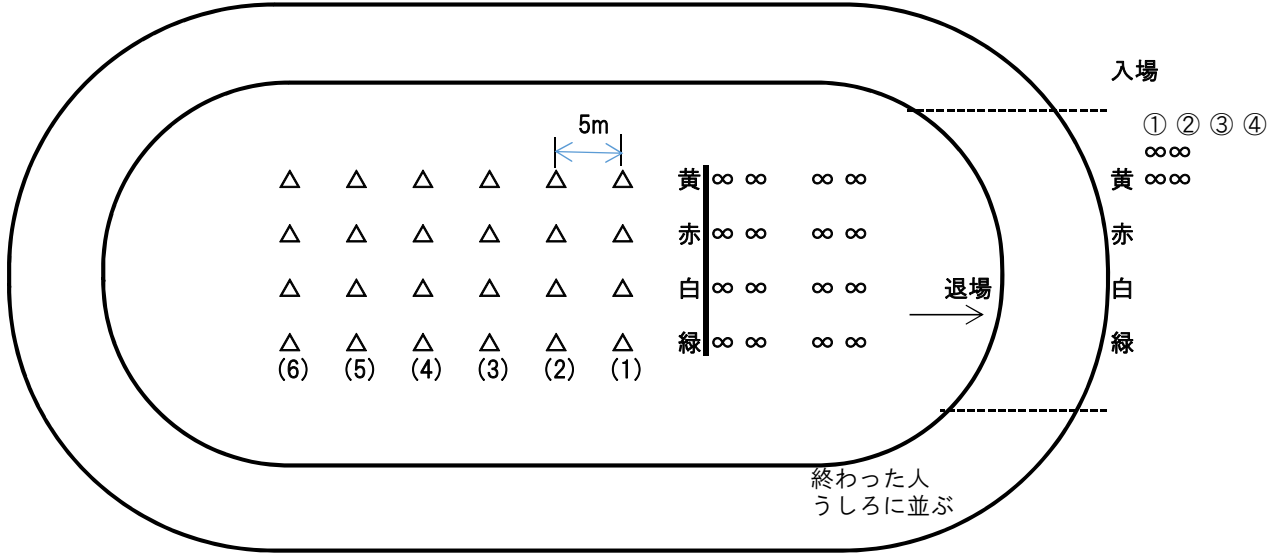
参加人数

低学年選手

64人

	1	2	3	4	5	6
得点	4	3	2	1	/	/
賞品					/	/

5	サイコロ運まかせリレー	各ブロック 子16名 大人16名
---	-------------	------------------



コーンに1~6 紙を貼る

- サイコロの出た目コーンを回って次の人に渡す
- 選手・大人 交互に8名で1レース
- 4レース

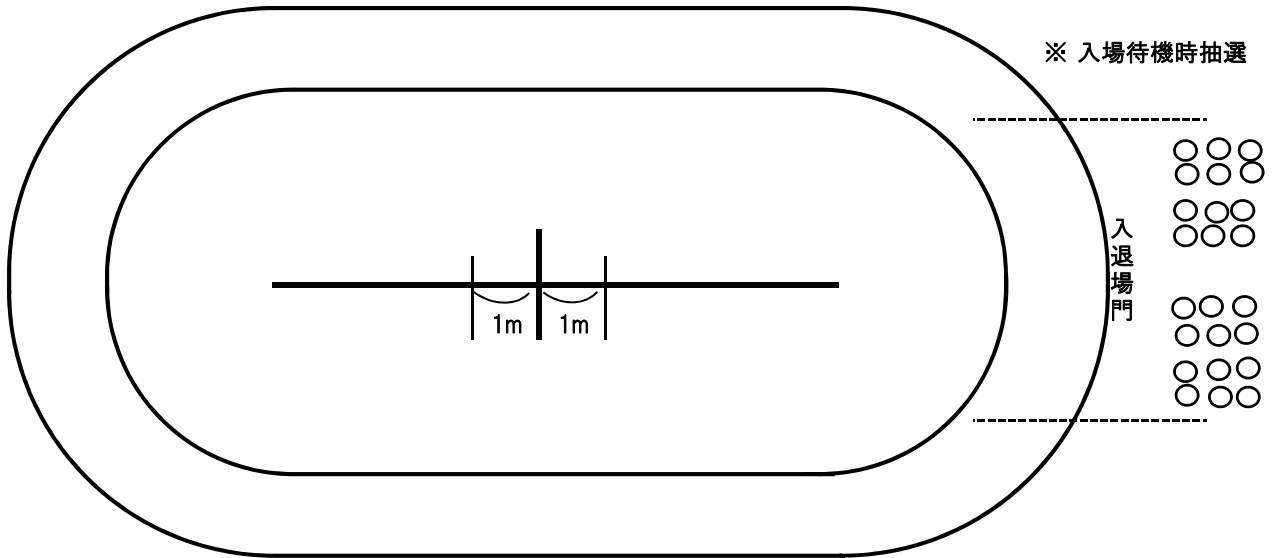
担当者	
用具	スタートピストル サイコロ 4個 (予備2個) コーン 24個

所要時間 20分  
競技実施時間 10:00~10:20

参加人数 選手 64人  
保護者 64人

	1	2	3	4	5	6
得点	4	3	2	1	/	/
賞品					/	/

6	綱引き(選手編)	各ブロック 選手20名
---	----------	-------------



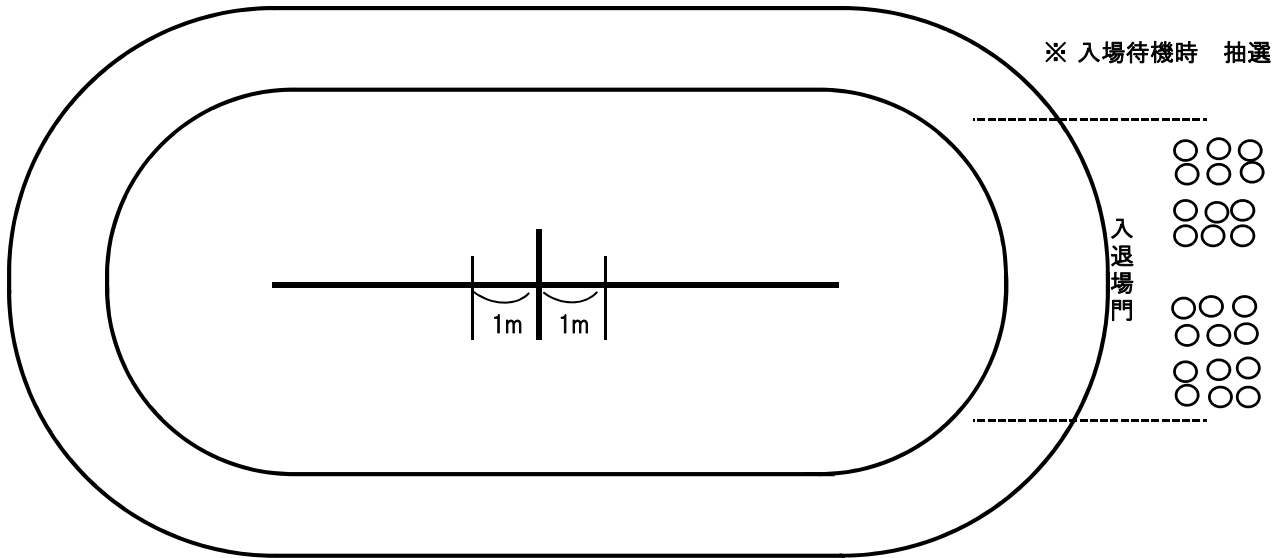
- 30秒ずつ
- 1m動いたら終了
- 入場待機時抽選をして対戦相手を決める
- トーナメント
- 最終者 ヘルメット着用 (ブロック長準備)

担当者	
用具	スタートピストル 綱 1本 赤・白旗 (勝敗用)

所要時間 20分  
 競技実施時間 10:20~10:40  
 参加人数 選手 80 人

	1	2	3	4	5	6
得点	40	30	20	10	/	/
賞品					/	/

7	綱引き(保護者編)	各ブロック 保護者20名
---	-----------	--------------

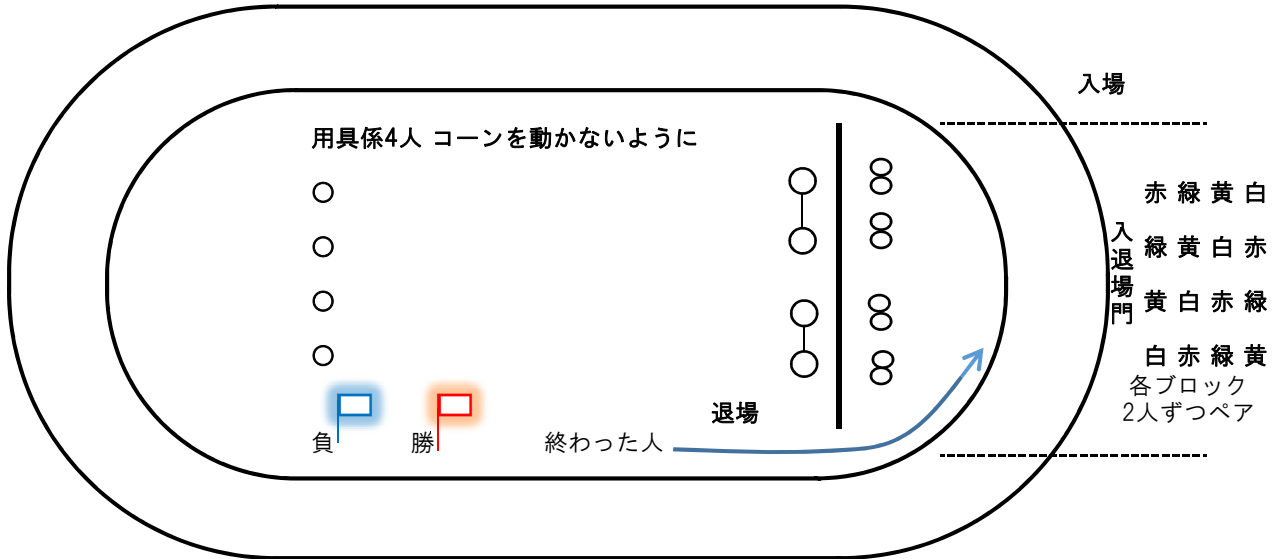


- 30秒ずつ
- 1m動いたら終了
- 入場待機時抽選をして対戦相手を決める
- トーナメント
- 最終者 ヘルメット着用 (ブロック長準備)

担当者	
用具	スタートピストル 綱 1本 赤・白旗 (勝敗用)

所要時間 20分  
 競技実施時間 10:40~11:00  
 参加人数 保護者 80人

	1	2	3	4	5	6
得点					/	/
賞品					/	/



- 細工されたフラフープをゴールに入れた方が勝ち
- 2人ずつペア
- 20m

担当者	
用具	スタートピストル 細工フラフープ 2個(予備2個) コーン4個 順位

所要時間 15分

競技実施時間 11:00~11:15

参加人数 保護者母 48人

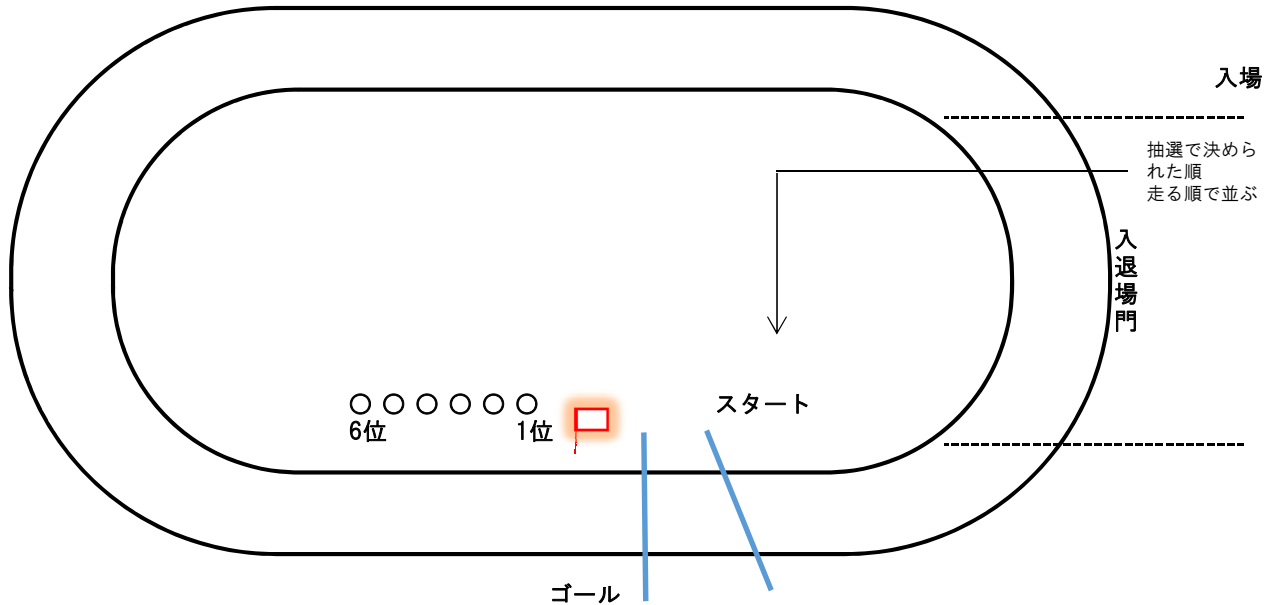
	勝	負
得点	1	
賞品		

ブロックで

1	2	3	4
40	30	20	10



9	チーム対抗リレー（予選）	各チーム 6名
---	--------------	---------



- 入場待機時抽選をしてレースとコースを決める
- 6チーム4レース
- トラック1周
- 上位1チーム決勝へ

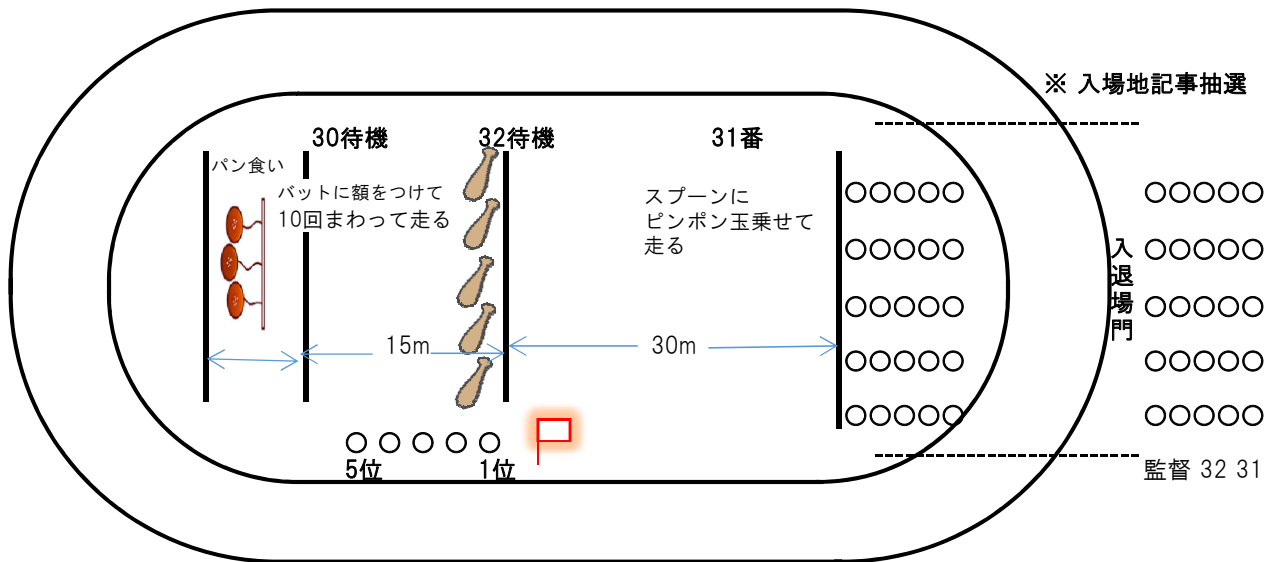
担当者	
用具	スタートピストル バトン 6本 ゴールテープ 順位 1~6位

所要時間 20分

競技実施時間 11:15~11:35

参加人数 選手 144人

	1	2	3	4	5	6
得点	60	50	40	30	20	10
賞品						



- 5チーム×5レース(渡部会長 山川さん 高山さんで1チーム)
- 抽選 (入場待機時) でパートとコース決めておく
- 31番スプーンにピンポンのせて走る
- 32番バットに額をつけて10回まわって走る
- 監督パン食い競争でゴール

担当者	
用具	スタートピストル 棒にぶら下げたパン5個×5本 スプーン×5 ピンポン玉×5本 バトン×5本 バット×5本 順位 1~5位

所要時間 25分

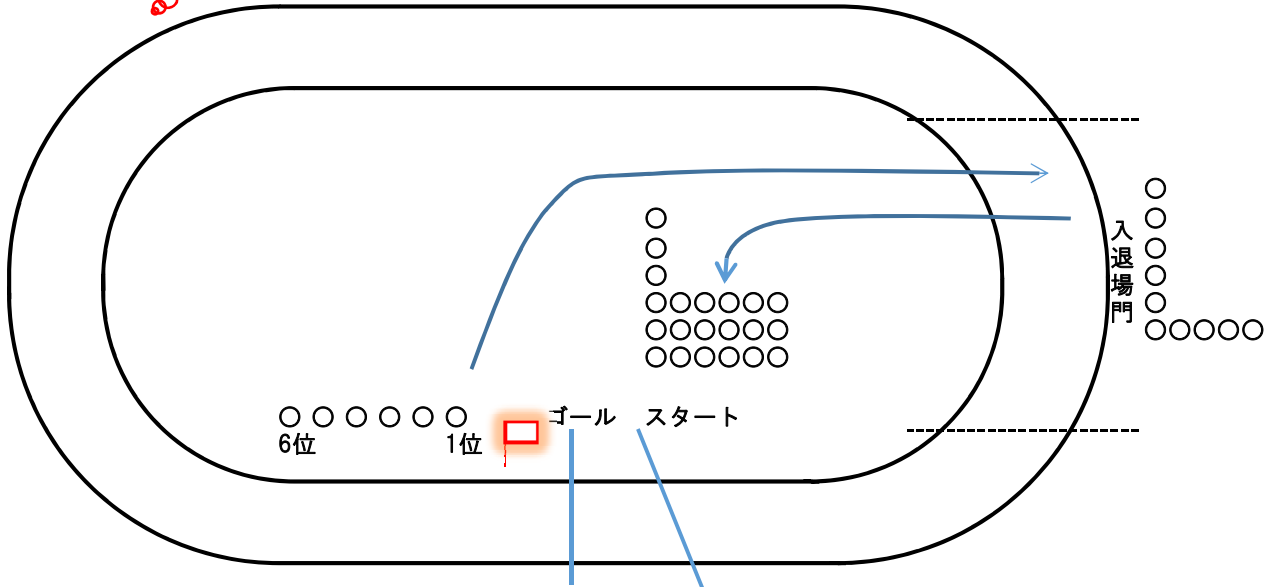
競技実施時間 11:35~12:00

参加人数 監督コーチ 75人

	1	2	3	4	5	6
得点	50	40	30	20	10	
賞品						

11	くるっと1周 全力疾走♪♪	各チーム2名
----	---------------	--------

ここから午後競技



- 出場者はリレー選手以外
- トラック1周

担当者	
用具	スタートピストル ゴールテープ 順位 1~6位

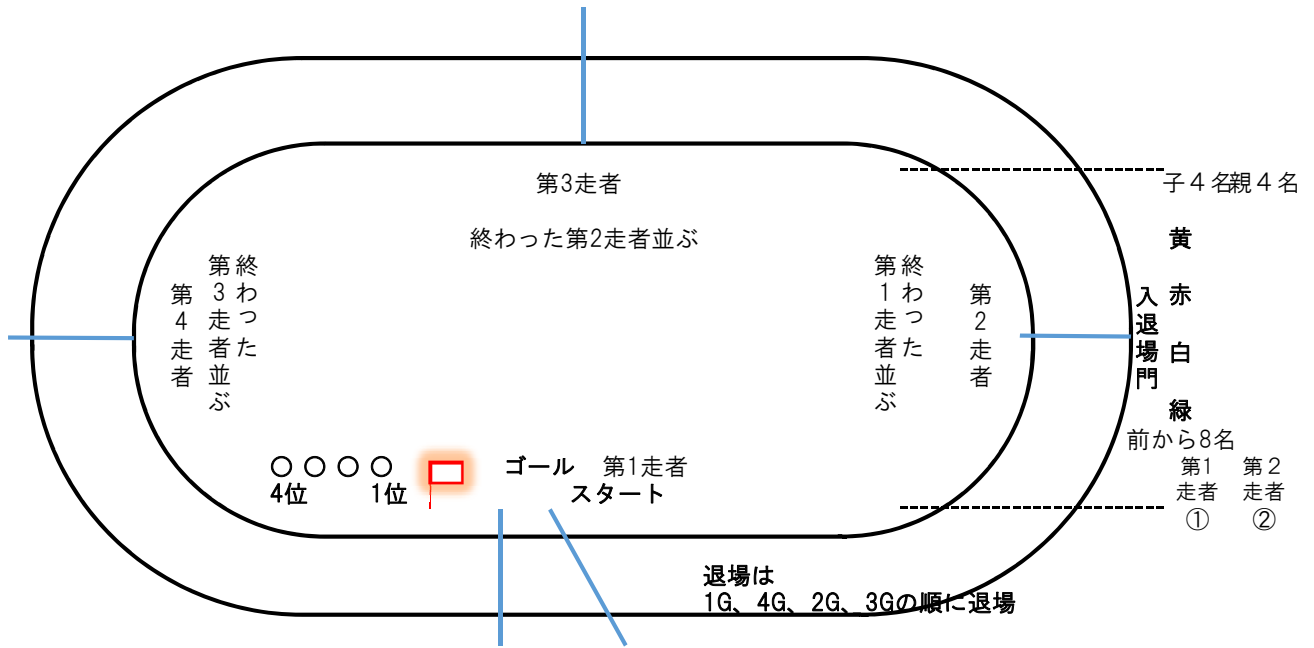
所要時間 15分

競技実施時間 13:00~13:15

参加人数 選手 48人

	1	2	3	4	5	6
得点	60	50	40	30	20	10
賞品						

12	ムカデリレー	各ブロック 選手16名 保護者16名
----	--------	--------------------



- 第1走者 選手4名    第2走者 保護者4名
- 第3走者 選手4名    第4走者 保護者4名
- 2レース

担当者	
用具	スタートピストル ムカデ足ひも 16本 バトン 4本 ゴールテープ 順位 1~4位

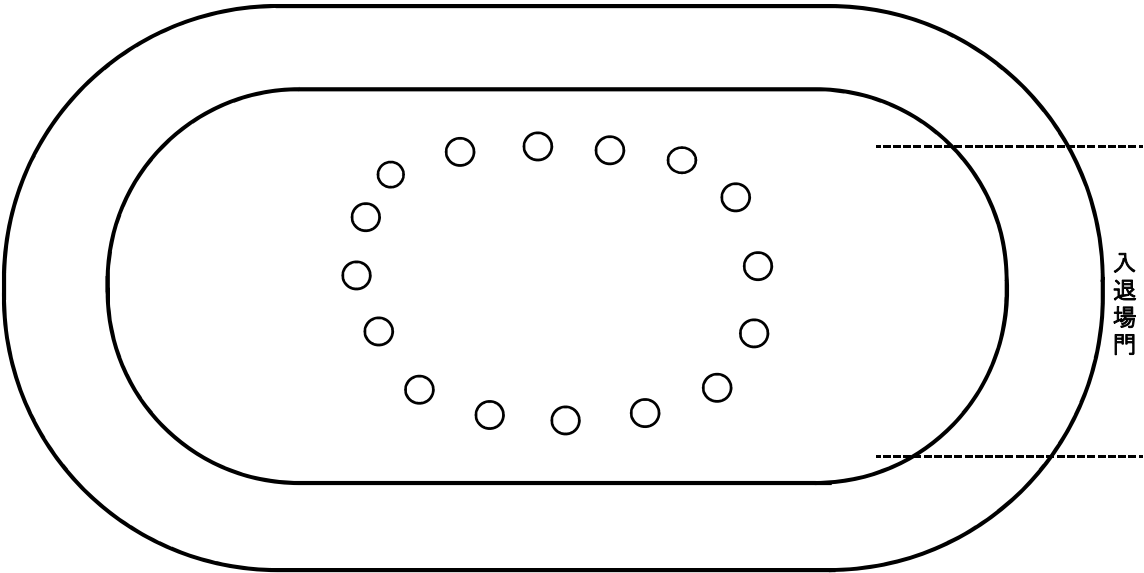
所要時間    25分  
 競技実施時間    13:15~13:40

参加人数            選手    64人  
                                           保護者    64人

	1	2	3	4	5	6
得点	4	3	2	1	/	/
賞品					/	/

13	椅子取りゲーム	各ブロック 16名
----	---------	-----------

各ブロック  
4名ずつ×4



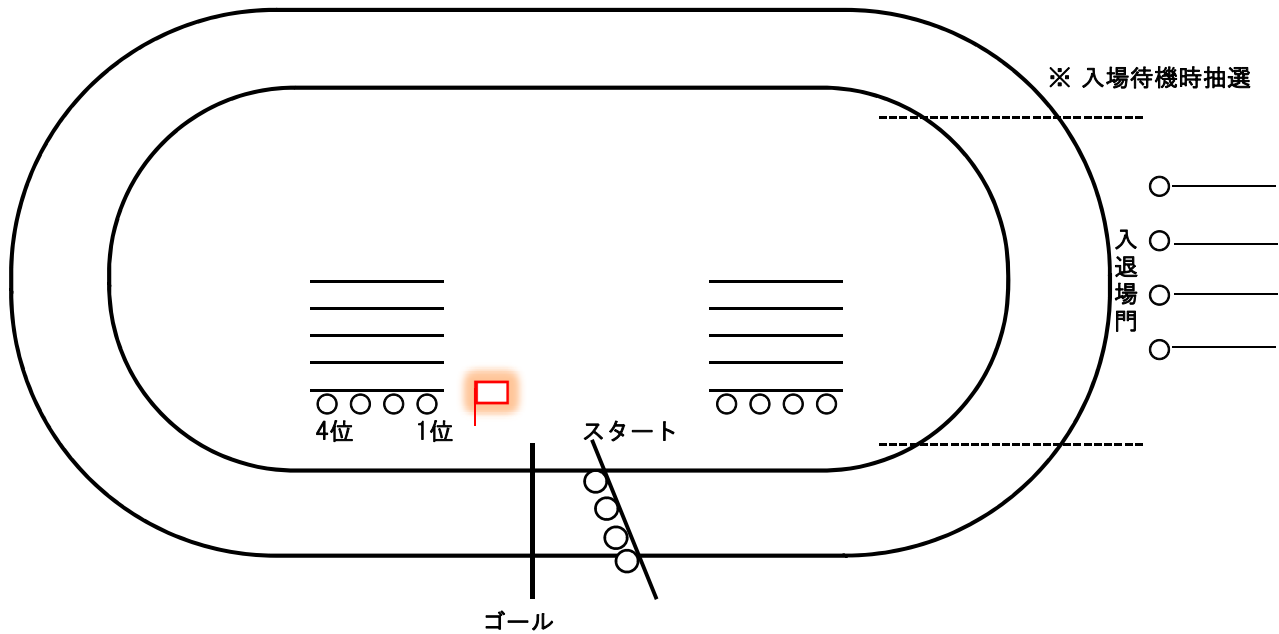
- 各ブロック4名ずつ×4チーム=16名 1試合
- 4試合
- 椅子16個(16名) →6個(10名)→3個(6名)→1個(3名)
- 最初のみ16個全部の椅子に風船をつけ 音楽がとまったら風船を割る  
粉の入った風船10個をおしりで割った人が次のレースに残る
- 10名からは 音楽が止まったら椅子を取り合う

担当者	
用具	音楽 椅子16個 風船 粉入り40個 風船 通常 24個

所要時間 30分  
 競技実施時間 13:40~14:10  
 参加人数 選手 64人

	1	2	3	4	5	6	参加賞
得点	20	/	/	/	/	/	/
賞品							

14	決戦!!チーム対抗リレー(決勝)	予選で残った4チーム
----	------------------	------------



- コースは入場待機時に抽選
- 4チーム

担当者	
用具	スタートピストル ゴールテープ 順位 1~4位

所要時間 10分  
 競技実施時間 14:10~14:20

参加人数 選手 24人

	1	2	3	4	5	6
得点	40	30	20	10		
賞品						