

第53回町民スポーツレク大会プログラム

*と き 令和2年8月30日 *ところ 陸別町民運動場

順番	時間	種 目	性別	人数	回数	競 技 説 明
1	9:30~ 9:45	開 会 式		鎮		プラカードを先頭に各チーム2列でメインスタンドに向かい整列する。
2	9:45~ 9:55	体 操		鎮		体操のできる隊形に広がる。 「ラジオ体操第1」を行う。
3	10:00~ 10:15	P K 戦	男 女	3 3	6	ボールを蹴りゴールに入ったボールの個数×1点をチームの得点とする。
4	10:15~ 10:35	ニッサン・オフ ロードレース	男 女	10	3	2人1組で車のタイヤの中にボールを2個入れ、1組が50m引っ張り、5組でリレーする。
5	10:35~ 11:00	交通安全宣言	男 女	2 3	3	ニュースポーツのボールで1人1投し、青・黄・赤・失敗を決定。指定された色のコーンを回ってリレーする。
6	11:00 ~ 11:05	陸 別 音 頭 (ゼッケン必要無)		10 壯		陸別音頭を踊る。各チーム1名につき1点を得点とする。但し10点を限度。
7	11:05 ~ 11:35	開 拓 物 語	男 女	4 4	3	案1) 一升瓶に牛乳を入れるのみ。性別指定なし。 案2) 種目を2つに分ける 1: 男性が一輪車に土嚢を積み20m往復リレーする。 2: 女性が一升瓶にコップで牛乳をあふれるまで入れてリレーする。
8	11:35 ~ 11:50	チームの 迷運は??		15	3	ジャンケンゲームです。1対1で一緒に行う。勝った人数分を得点とする。
9	11:50 ~ 12:00	メイクドラマ	男 女	5 5	2	玉入れ(20個)。制限時間40秒。 1玉1点とする。 (玉が全部入るとパーフェクト賞贈呈)
10	12:00 ~ 12:05	ぽっちゃん競争		獺		幼児による競争(全員参加賞)
11	12:10 ~ 12:25	閉 会 式		鎮		開会式のとおり整列する。