スポパラ！

in BOAT RACE とこなめ

～カラダとココロを動かすスポーツフェスタ！～

参加※無料

2026 12.5(土)・6(日)

9:45-16:00

ボートレースとこなめ
トコタンホール / 東スタンド

スポーツ体験

＼スポーツ体験にすべてチャレンジするとガラポンが１回まわせるよ！／


車いすバスケットボール


パラ陸上（レーサー）

初登場！


車いすカーリング


パラパワーリフティング


パラアイスホッケー

初登場！


ブレイキン

スポーツ教室 ※事前予約制


車いすバスケットボール教室

初登場！


ブレイキン教室

初登場！


アルティメット教室

素敵な景品が当たる抽選会も！



スポパラ！屋台



スポパラ！屋台もあるよ！何があるかはお楽しみ！



※20 歳以上の方はボートレースとこなめへの入場料 100 円がかかります。※20 歳未満の方は保護者の同伴が必要です。
＊内容は予告なく変更または中止となる場合がございます。

スポーツ体験とスポーツ教室などの詳しい内容は、裏面をチェックしてね！

スポーツ体験

車いすバスケットボール



ナビゲーター
藤澤 潔
● HEROs アリスト
東京 2020 パラリンピック
車いすバスケットボール
男子銀メダル



タイヤが八の字に開いたクイックなターンができる競技用車いすに乗って、車いすバスケットボールを体験！ナビゲーターと一緒にプレーして、車いすバスケットボールの魅力を体験しよう！

パラ陸上（レーサー）



ナビゲーター
永尾 嘉章
● HEROs アリスト
夏季パラリンピックに 7 大会出場
アテネ 2004 パラリンピック
4×400m（T53/54 クラス）銅メダル



パラ陸上のマラソンやトラック種目で使われる競技用車いす「レーサー」。どこまでスピードを出せるかチャレンジしてみよう！

車いすカーリング



ナビゲーター
高橋 宏美
● HEROs アリスト
世界車いす B カーリング選手権 2024 準優勝
世界車いす B カーリング選手権 2026 日本代表



デリバリースティックとよばれる棒状のスティックでストーンを滑らせ、「ハウス」を狙おう！みんなでワイワイ交流しながら、楽しくカーリング体験！

パラパワーリフティング



ナビゲーター
大堂 秀樹
● HEROs アリスト
北京 2008 パラリンピック
ロンドン 2012 パラリンピック
リオ 2016 パラリンピック
パワーリフティング 出場



ベンチに横たわり、脚を伸ばしたポジションで行うベンチプレス。上半身の力だけでバーベルを持ち上げ、ランキング上位を目指そう！

パラアイスホッケー



ナビゲーター
馬島 誠
● HEROs アリスト
バンクーバー 2010 冬季パラリンピック
アイススレッジホッケー 銀メダル



「スレッジ」と呼ばれる専用のそりに乗り、スティックを使ってゴールにシュートを決めよう！

ブレイキン



ナビゲーター
Hal
● HEROs アリスト
唯一無二の Elegant スタイルのブレイクダンサーであり、
全国に生徒を持つ指導者でもある



カラダを使って自由に自分を表現できるダンス。年齢や性別、障がいの有無に関係なく、誰でも主役になれます。

スポーツ教室 ※事前予約制

車いすバスケットボール教室



ナビゲーター
藤澤 潔
● HEROs アリスト
東京 2020 パラリンピック
車いすバスケットボール
男子銀メダル



競技用車いすでクイックなターンを決めよう！ナビゲーターと一緒に白熱の車いすバスケットボールを体験！

ブレイキン教室



ナビゲーター
Hal
● HEROs アリスト
唯一無二の Elegant スタイルのブレイクダンサーであり、
全国に生徒を持つ指導者でもある



カラダを使って自由に表現！自分と相手をリスペクト。年齢も障がいも関係なし！誰もが主役になれるプログラム！

アルティメット教室



ナビゲーター
中野 源一
● HEROs アリスト
「アルティメット」元日本代表
日本人歴代 7 人目として、
世界で唯一のプロリーグに挑戦



フワッと浮くフライングディスクでパスを繋ごう！投げる・受けるの基本から、初めてでも楽しく体験！

HEROs とは

日本財団が運営するプロジェクトで、トップアスリートたちが競技の枠を超えて社会課題の解決に挑むプラットフォームです。
中田英寿さんや五郎丸歩さんなどのアンバサダーをはじめとするアスリートたちが、環境保護や災害支援、子どもたちの育成などに取り組んでいます。

スケジュール

12/5（土）

	スポーツ体験						スポーツ教室	スポパラ! 屋台
9:00								
10:00	車いすバスケットボール	パラ陸上（レーサー）	車いすカーリング	パラパワーリフティング	パラアイスホッケー	ブレイキン		
11:00							ブレイキン教室 11:00~12:00	
12:00	9:45 ~ 16:00	9:45 ~ 16:00	9:45 ~ 16:00	9:45 ~ 16:00	9:45 ~ 16:00	9:45 ~ 16:00	アルティメット教室 12:15~13:15	9:45 ~ 16:00
13:00							車いすバスケットボール教室 13:30~14:30	
14:00								
15:00							アルティメット教室 14:45~15:45	
16:00								

12/6（日）

	スポーツ体験						スポーツ教室	スポパラ! 屋台
9:00								
10:00	車いすバスケットボール	パラ陸上（レーサー）	車いすカーリング	パラパワーリフティング	パラアイスホッケー	ブレイキン		
11:00							車いすバスケットボール教室 10:30~11:30	
12:00	9:45 ~ 16:00	9:45 ~ 16:00	9:45 ~ 16:00	9:45 ~ 16:00	9:45 ~ 16:00	9:45 ~ 16:00	アルティメット教室 11:45~12:45	9:45 ~ 16:00
13:00							ブレイキン教室 13:00~14:00	
14:00								
15:00							アルティメット教室 14:15~15:15	
16:00								

どなたでも参加しやすい工夫がいっぱい！
イベント情報・アクセシビリティ情報はこちら

スポーツ教室のご予約はこちら

【主催】ボートレースとこなめ 【協力】日本財団パラスポーツサポートセンター、日本財団、日本財団ボランティアセンター

BOAT RACE とこなめ
〒479-8501
愛知県常滑市
新開町 4-111
お問い合わせ先 スポパラ運営事務局（株式会社トリデンテ内） info@tridente-inc.jp［平日 10:00 ～ 19:00］※返信には 48 時間いただく場合がございます。ご了承ください。