

## 第46回君津なわとび大会開催要項

- 1 趣 旨** 生涯体育・スポーツ活動推進の一環として、「なわとび」という身近な運動を通して、スポーツへの関心、実践力を養うとともに、人が集い、仲間との連帯感を醸成することにより、健康で明るく豊かな家庭や郷土づくりを目的に実施する。
- 2 主 催** 君津市  
君津市体育協会
- 3 主 管** 君津市健康こども部健康スポーツ課
- 4 協 力** 君津市体育協会体操部  
君津市スポーツ推進委員連絡協議会  
君津市スポーツ・レクリエーション推進員連絡協議会
- 5 期 日** 令和8年2月14日（土）【荒天中止】
- 6 会 場** 君津市民体育館（君津市内箕輪1-1-1）

**7 競技種目（区分ごとの重複参加可能）**

種 目		区 分	競技方法
個人とび	親子とび	① 就学前児童(男女)と親 (原則、親子での参加とする。)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・親がなわを持ち、こどもと一緒に5分間で何回とべるかを競う</li> </ul> <p>※途中失敗した場合でも再度続けてとぶ</p> <p>・実施回数は1回（同回数の場合は、同じ順位）</p>
	時間とび 1回旋1跳躍	② 就学前児童 男女 ③ 小学1～2年生 男女	<ul style="list-style-type: none"> <li>・制限時間内に何回とべるかを競う</li> </ul> <p>※途中失敗した場合でも再度続けてとぶ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・2回実施し、よい方の記録をとる</li> </ul> <p>※同回数の場合は2回の合計で順位を決める</p> <p>【上限時間】就学前児童…2分間 小学1～2年生…5分間</p>
	二重とび ※2回旋1跳躍	④ 小学3～4年（男子） ⑤ 小学3～4年（女子） ⑥ 小学5～6年（男子） ⑦ 小学5～6年（女子） ⑧ 一般（中学生以上男女）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3分間で何回とべるかを競う</li> </ul> <p>※途中失敗した場合でも再度続けてとぶ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・2回実施し、よい方の記録をとる</li> </ul> <p>※同回数の場合は2回の合計で順位を決める</p>
団体とび	8の字とび	⑨ 小学生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1チーム6名以上（回し手2名含む）</li> <li>・回し手は大人（教職員等）でもよい</li> <li>・3分間に何回とべるか（何度つかえてもよい）を競う（予選なし）</li> </ul>

団体 とび	長なわとび	⑩ 小学生（男女不問）	・ 1 チーム 10 名以上（回し手 2 名含む）
		⑪ 中学生（男女不問）	・ 回し手は大人（教職員等）でもよい
		⑫ 一般（高校生以上男女不問）	・ <u>2 分間にとんだ回数（何度つかえてもよい）と、連続とびの回数（1回）との合計により順位を決める。</u> ※ 同回数の場合は、連続とびの回数が多い方を上位とする。 ※ 連続とびは、1 試技で 10 回以下だった場合、2 度だけやり直すことができる。

8 日 程	開催判断	6 : 30	※ 团体とび・個人とびの重複参加も可能です
	役員集合	8 : 10	
	選手受付	8 : 30 ~ 9 : 00	（団体とびは 11 : 30 まで）
	開会式	9 : 10 ~ 9 : 30	
	準備運動	9 : 30 ~ 9 : 35	
	アラクション	9 : 35 ~ 9 : 50	
	競技開始	10 : 00 ~	※ 詳細は下記表をご覧ください。
	表彰式	種目別に実施	
	大会終了	13 : 00 (予定)	



【タイムスケジュール】各種目の指定された選手集合時間を厳守してください。

種 目	区 分	選手集合	競技開始	表彰式
個人 とび	親子とび	① 就学前児童と親	9 : 55	10 : 00
	時間とび	② 就学前児童 男女	10 : 15	10 : 20
		③ 小学 1 ~ 2 年 男女	10 : 30	10 : 40
	二重とび	④ 小学 3 ~ 4 年 男子	11 : 00	11 : 10
		⑤ 小学 3 ~ 4 年 女子		11 : 30
		⑥ 小学 5 ~ 6 年 男子		
		⑦ 小学 5 ~ 6 年 女子	11 : 30	11 : 40
		⑧ 一般		12 : 00
団体 とび	8 の字とび	⑨ 小学生		
	長なわとび	⑩ 小学生		
		⑪ 中学生	12 : 10	12 : 20
		⑫ 一般		12 : 40

【君津市 HP】

※1 進行状況により、競技開始時間等が前後する場合がございます。



※2 開催判断は、当日 7 時に君津市ホームページにてお知らせします。

- 9 表 彰
- (1) 各区分とも 1 位～ 5 位まで賞状を授与する。
  - (2) 個人とびは、1 位～ 3 位にメダルを授与する。
  - (3) 団体とびは、1 位～ 3 位にカップを授与する。(持ち回り)
  - (4) 各種目において、同記録の場合はその順位を共有し、その次の順位を欠位とする。

10 参加資格 健康な方であれば、どなたでも参加いただけます。(住所は問いません)  
※未成年者は保護者の承諾を得ること

11 申込方法 メール、申込フォームまたは健康スポーツ課窓口にて申込ください。

【必要事項】

住所・氏名・性別・生年月日・年齢・連絡先（電話番号・メールアドレス）  
※ 小中学生の場合は学校名および学年

12 申込先 〒299-1152 君津市久保3-1-1  
君津市健康こども部健康スポーツ課  
(君津市保健福祉センター 1階)  
E-mail = [kenkou@city.kimitsu.lg.jp](mailto:kenkou@city.kimitsu.lg.jp)

【申込フォーム】



13 申込期間 令和8年1月5日（月）から令和8年1月30日（金）まで  
※1 事前受付のみとします。  
※2 申込期間外の受付はできませんので、ご了承ください。  
※3 申込内容に不備があった場合には、事務局より確認のご連絡をさせていただきます。

14 参加上の注意  
(1) 競技中のけがについては、君津市市民活動災害補償制度の補償範囲内で対応いたしますが、競技外のけがやその他の事故等については、主催者は一切の責任を負いかねます。参加者各自で安全管理に十分ご注意ください。  
(2) 大会中に身体の具合が悪くなった選手は、直ちに競技を中止し、近くの役員に申し出てください。

15 その他  
(1) 運動着、室内用運動靴、とびなわ（なわの中央部に金具のついていない物）、昼食等は各自で用意してください。  
(2) 貴重品については、参加者の責任において管理してください。  
また、混雑が予想されるため、外履きは体育館内下駄箱を利用せず、各自で保管してください。  
(3) 体育室への入場は競技者のみとなりますので、応援、写真撮影等は2階席でお願いいたします。  
(4) 練習会場として小体育室を開放しますが、屋外で練習する場合は、屋外で使用するなわと、室内で使用するなわは使い分けてください。  
(5) 選手招集の放送が流れたら、役員の指示に従い速やかに整列してください。  
(6) 各自のごみ（ペットボトル等）はお持ち帰りください。  
(7) 本大会の映像・写真・記事・記録等は、広報やホームページ、次回大会の募集チラシ等に掲載・利用する場合がありますのでご了承ください。  
(8) 天候等の影響により、事前に大会の中止が決定した場合は、君津市ホームページでの周知及び申込時にいただいたメールアドレスあてにメールを送信してお知らせいたします。