

スポーツの日 vol.1

アスリート教室×体力測定チャレンジ

トップアスリートから直接学ぼう!

2026年3月28日(土)

場所 Sinto Heart Arena
(豊川市総合体育館)

受付 12:30~

料金 500円(税込)

参加者全員に
3人の直筆サイン入り

オリジナル
クリアファイル
プレゼント

第1部 13:00~14:00

スペシャル・トークセッション
『アスリートの子ども時代』

競泳の加藤ゆかさん、トライアスロンの谷新吾さん、バスケットボールの太田敦也さんによるトークセッション。子ども時代のスポーツへの向き合い方や、挫折や苦労話、メンタルトレーニングの秘訣などを伺います。お楽しみに!



加藤 ゆか

競泳オリンピック
2008年北京オリンピック出場
2012年ロンドンオリンピック出場
女子4×100mメドレーリレー銅メダル

谷 新吾

トライアスロン選手
伊良湖トライアスロンAタイプ優勝9回
1997年全日本トライアスロン宮古島優勝
2014年全日本トライアスロン皆生優勝

太田 敦也

元バスケットボール男子日本代表
三遠ネオフェニックス一筋 18年在籍
2024-25シーズン中地区連覇
2026年1月 豊川市スポーツ特別功労賞 受賞

©SAN-EN NEOPHOENIX

第2部 14:15~14:45

アスリート教室 ~アスリートと一緒にスポーツを楽しもう!!~

テーマは「柔軟性・持久性・俊敏性・敏捷性」。トップアスリートが、トレーニングの知識や技術についてレクチャーします。
※第2部・第3部に参加されない方は、参加者観覧スペースをご利用ください。

第3部 15:00~16:00

FIA 全国カラダ年齢測定
—フィットネス体カテスト—

FIA(日本フィットネス産業協会)の提供する「全国カラダ年齢測定」を実施。6種目の測定であなたの〈カラダ年齢〉がわかる!

年齢測定には、事前にFIAの公式LINEより申込・登録していただく必要があります。当日は、申込・登録で使ったスマートフォンをご持参ください。FIA公式LINEの申込・登録先は参加申し込み後にお伝えします。



参加申込

イベント参加
申込はコチラ



全国カラダ年齢測定の申込は、
FIAの公式LINEより3/8(日)
までにお申し込みください。

※各部ごとの参加、途中参加・退出も
可能です。

【主催】アイレクススポーツライフ株式会社 【協力】株式会社フェニックス

ご質問・お問い合わせはお近くのスタッフまで

アイレクス スポーツライフ 株式会社