

ハッスルパーク

3月

Adachi general sports center free paper

小学生から高齢者まで参加できる
『三世代アーチェリー』特集

adachi
general
sports center
Established in
1979



121 0063 03 3859 8211

What's...

三世代アーチェリー

受講者最年少は小学3年生、最年長は79歳！総合スポーツセンターで
こども、大人、高齢者が同じ教室に参加できるのは、この三世代アーチェリーだけ！

今年はオリンピックイヤー！何かスポーツを始めたい！
でも激しい運動は苦手で、一人だと三日坊主になる…
運動器具は持ってないけどお金はあまり使いたくない…

そんな方にも朗報です！手軽に楽しく、でも本格的な
スポーツとして楽しめる「三世代アーチェリー」をご紹介します！
友だちや家族を誘って、ぜひ参加してみませんか？

Point



意外と知らない？アーチェリーのルール

～オリンピック個人戦編～



1対1のマッチ戦でトーナメントを行う！

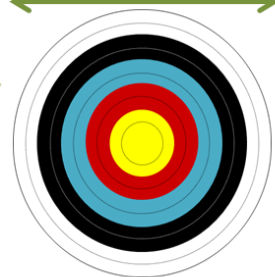
1射の制限時間は20秒！交互に打ちあい、1人3射で1セット！

1セットの得点が高い方に2ポイント、同点は両者に1ポイント。

先に6ポイント先取した方が勝ち！（最大5セットまで）

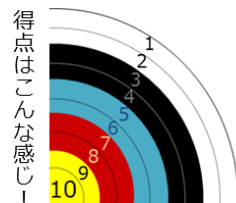
的との距離70m。時速250kmの矢は的まで1秒！

的の直径122cm



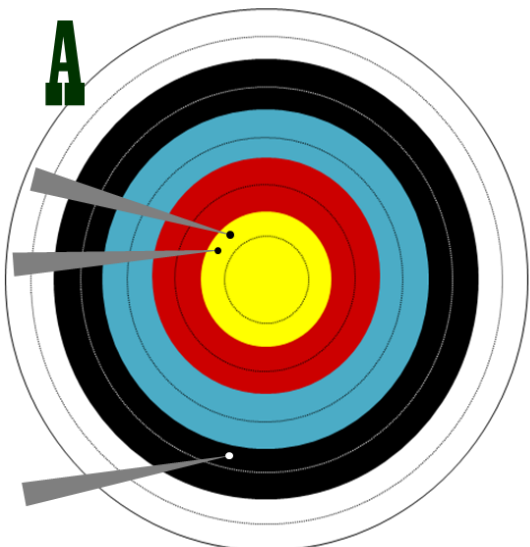
地面からの的まで130cm

アーチェリーと言っても、森や山で行うフィールドアーチェリー、平坦な射場で行うターゲットアーチェリー、室内のインドアーチェリーなどの種類があるほか、個人戦・団体戦・ミックス戦など対戦方法も様々！それぞれルールも異なり、観戦ではいろいろな視点から楽しめる競技なのです！



得点はこんな感じ！

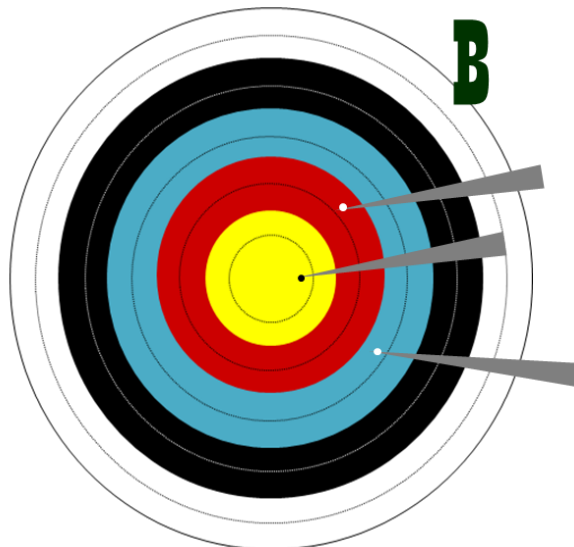
いきなり！アーチェリークイズ



←AとB→
それぞれ
3打で計何点？

そして
勝ったのはどっち？

答えは右ページ
一番下を見てね！



三世代アーチェリー開催情報

日時：毎週日曜日 10:00～12:00

対象：小学2年生以上（小学3年生までは保護者同伴）

料金：大人…¥560/1回 小中学生…¥345円/1回

Point



用具は全て無料レンタル！手ぶらでOK

運動が出来るウェアとシューズがあれば大丈夫！弓や矢はもちろん、胸あてや腕あて、指に着ける小さな用具も全て無料レンタル！



Point



目指せ！「的から18m」クリアすると次のステージへ

毎月末の日曜日は「ディスタンスデイ」、いわゆる昇段試験のようなものが開催されます。初めての場、的から6mの地点に立ち、矢を放ちます。昇段試験で合格点を取ると次回は的から8m、合格すると10m、12m、15m…といったように、難易度が上がる仕組みになっています。

ディスタンスデイ

- ・1射の最高得点は10点
- ・1セットは3射、合計6セット行う
- ・最高得点は180点
- ・140点以上で1ランクアップ
(1射 平均7.7点)
- ・160点を取ると2ランクアップ！
(1射 平均8.8点)

CLEAR!

140 / 180



スポーツ広場とは

教室の一つである三世代アーチェリーと異なり、スポーツ広場は足立区主催の“指導員付きの個人利用”になります。施設使用料300円+保険料10円でアーチェリーができます。用具は無料でレンタルできます。

NEXT STAGE

三世代アーチェリーで、的から18mの距離で合格点をとると、スポーツ広場の参加資格が与えられます！スポーツ広場アーチェリーでは18mより遠い距離で、最大25mの距離から矢を飛ばすことができます！目標があることで上達意欲も湧きますね！

お知らせ

- コロナウィルス感染症予防の為、3月中は施設のご利用が中止となりました。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。
- 4月から利用再開予定ですが、コロナウィルスの状況で変更の可能性があります。詳しくは総合スポーツセンターのホームページをご確認ください。



再開後のご利用 お待ちしております

東京オリンピック・パラリンピック情報 / Tokyo Olympic Paralympic Information

Go To Tokyo 2020

東京オリンピック・パラリンピックでアーチェリー日本代表を応援しましょう！

オリンピック競技日程

開会式7月24日(金)当日からスタート！

- 7月24日(金) 男女個人予選ラウンド
- 7月25日(土) 団体混合予選～決勝戦
- 7月26日(日) 団体女子予選～決勝戦
- 7月27日(月)～30日(木) 個人男女予選
- 7月31日(金) 女子3回戦～決勝戦
- 8月 1日(土) 男子3回戦～決勝戦



パラリンピック競技日程

- 8月28日(金) 男女個人各クラス予選ラウンド
- 8月29日(土) 男子個人コンパウンド予選・混合W1決勝
- 8月30日(日) 混合コンパウンド予選～決勝 等
- 8月31日(月) 女子コンパウンド・男子W1 予選～決勝
- 9月 1日(金) 男子コンパウンド・女子W1 予選～決勝
- 9月 3日(日) 女子リカーブ 予選～決勝
- 9月 4日(月) 男子リカーブ 予選～決勝
- 9月 5日(火) 混合リカーブ 予選～決勝



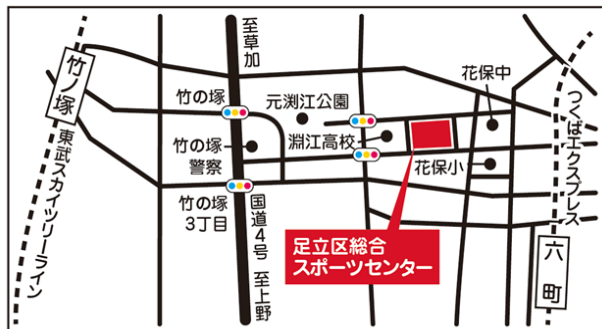
※コンパウンド・リカーブは弓の種類

※W1は障がいのクラス分けのうち、四肢に障がいがあり車椅子を使用

競技会場

夢の島公園アーチェリー場

アーチェリー場の収容人数はなんと5600人！



アクセス / Access

- 東武スカイツリーライン 竹ノ塚駅東口から
①六町駅行き 足立総合スポーツセンター下車
②綾瀬駅行き 南花畑下車
- つくばエクスプレス 六町駅から
竹ノ塚駅東口行き 足立総合スポーツセンター下車

企画・発行・印刷 / 足立区総合スポーツセンター

指定管理者 あだちの未来協創グループ

〒121-0063 足立区東保木間2-27-1

TEL:03-3859-8211 FAX:03-3858-4497

ミズノ 足立区総合スポーツセンター



HP : <https://www.mizuno.jp/facility/tokyo/adachi.aspx>