

ALSOくぐんま総合スポーツセンター 施設利用スケジュール (7月～9月)

7 月			
日付	大会名称	人数	施設名
3(水)	群馬県中学校体育連盟 総体開会式リハーサル	2,900	ぐんまアリーナ ぐんま武道館
4(木)	第3回県知事杯GG交流大会 ／グラウンド・ゴルフ 第36回県民スポーツ祭 障害者スポーツ大会2019 バレーボール競技	1,600 300	ふれあいグラウンド ぐんまアリーナ
5(金)	関東甲信越地区高等専門学校 体育大会ソフトテニス競技 (6日、7日)	460	テニスコート
6(土)	県ジュニア女子新体操 選手権大会(7日) 第29回夏の全国大会 群馬県予選／ドッジボール	1,200 1,400	ぐんま武道館 ぐんまアリーナ
7(日)	ラジオ体操春季講習会	430	ぐんまアリーナ
10(水)	無 料 開 放 日		
11(木)	東前橋GG協会夏季大会 ／グラウンド・ゴルフ	400	ふれあいグラウンド
13(土)	第58回関東実業団対抗テニス トーナメント大会(14日) 第57回関東甲信越学生バスケッ ボール大会(14日、15日) 雷電錬成会／剣道	650 840 700	テニスコート サブアリーナ ぐんま武道館
14(日)	天皇杯皇后杯全日本バレーボール 選手権大会群馬県予選会 柔道公認指導者資格更新講習会 全国都道府県対抗少年剣道優勝大会 並 剣道5.6.7段選手権大会 並全日 本女子剣道選手権大会県予選会	1,000 560 650	ぐんまアリーナ ぐんま武道館 ぐんま武道館
15(月)	前橋市中体連総合体育 大会／バレーボール大会 群馬県中学生空手道選手権 大会 兼 関東中学生空手道 選手権大会群馬県予選会	3,470 2,000	ぐんまアリーナ ぐんま武道館
17(水)	群馬県柔道連盟暑中稽古 (18日、19日)	1,770	ぐんま武道館
18(木)	ヨネックスレディス群馬県 予選／テニス(19日) 県シニアGG交流大会 ／グラウンド・ゴルフ	500 1,600	テニスコート ふれあいグラウンド
20(土)	群馬県高体連テニス専門部 リーダー養成研修会(21日) 前橋市総合体育大会バスケッ ボール大会(21日) 夏期フォークダンス指導者講習会	450 2,400 330	テニスコート ぐんまアリーナ ぐんま武道館
21(日)	群馬県弓道連盟 第二次地方審査 東日本ユニカール大会inぐんま 合気道少年錬成大会	350 700 360	弓道場 サブアリーナ ぐんま武道館
22(月)	近県高校卓球強化大会(23日) 高体連柔道専門部リーダー 養成研修会(23日、24日) 群馬県小学校体育研究会 体育学習研修会	730 800 600	ぐんまアリーナ ぐんま武道館 ぐんまアリーナ ぐんま武道館、本館
25(木)	第37回関東高校弓道個人選手権 選抜大会県予選会(26日)	1,150	弓道場
26(金)	第38回関東ブロックスポーツ少年 団競技別交流大会(27日、28日)	8,000	ぐんまアリーナ ぐんま武道館、本館
28(日)	群馬県中学校総合体育大会 ／ソフトテニス(29日)	2,500	テニスコート
29(月)	群馬県中学校総合体育大会 柔道大会(30日) 群馬県中学校総合体育大会 剣道大会(30日)	2,500 2,600	ぐんま武道館 ぐんまアリーナ
31(水)	群馬県中学校総合体育大会卓球大会 群馬県中学校総合体育大会 第70回ダンス発表会	1,600 400	ぐんまアリーナ ぐんま武道館

7月の休館日 1日(月) 8日(月) 16日(火)

8 月			
日付	大会名称	人数	施設名
1(木)	県小学生総合体育大会 テニス競技会(2日、3日) 県中体連柔道部強化合宿(2日) 群馬県中学校バレーボール 関東近接大会	900 1,150 1,420	テニスコート ぐんま武道館 ぐんまアリーナ
2(金)	群馬県中体連バスケッ ボール部選抜強化大会 県中体連剣道部強化合宿(3日)	550 1,700	ぐんまアリーナ ぐんま武道館
3(土)	第55回県スポーツ少年団大会 ／ミニバスケッボール(4日)	450	ぐんまアリーナ
4(日)	群馬県スポーツ少年団大会 ／柔道 第67回全日本剣道選手権 大会県予選会 群馬県ボールルームダンス 連盟講習会	1,300 400 280	ぐんま武道館 ぐんま武道館 本館
5(月)	県中体連卓球部強化練習会	1,600	ぐんまアリーナ
6(火)	第44回関東中学校軟式 野球大会開会式	1,700	ぐんま武道館
10(土)	無 料 開 放 日		
11(日)	県ジュニアクラブ対抗／テニス 県高校強化大会／卓球(12日) 群馬県スポーツ少年団剣道 大会県予選会	500 2,700 1,300	テニスコート ぐんまアリーナ ぐんま武道館
15(木)	群馬県戦没者追悼式 県高体連アトイザーク 招聘事業／空手道(16日)	5,200 1,500	ぐんまアリーナ ぐんま武道館
16(金)	群馬県高体連 新人テニス大会 個人戦予選(17日、18日)	450	テニスコート
17(土)	群馬県空手道連盟 関プロ突破合宿(18日)	180	ぐんま武道館
18(日)	第4回月刊バスケッボール カップU-15大会(19日、20日)	8,200	ぐんまアリーナ サブアリーナ、本館
20(火)	群馬県高体連 夏季ソフトテニス 大会ダブルス(21日、22日)	1,000	テニスコート
21(水)	全国高体連バレーボール 専門部関東ブロック強化 大会(22日、23日) 高体連柔道専門部リーダー養成 研修会(22日、23日)	900 740	ぐんまアリーナ ぐんま武道館 ぐんま武道館
22(木)	第8回上毛新聞社旗 県夏季GG 交流大会／グラウンド・ゴルフ	1,800	ふれあいグラウンド
24(土)	県中学生新人研修会 ／ソフトテニス 県中体連柔道部強化練習会 群馬県中体連剣道部強化練習会 群馬県マーチングバンド講習会	1,700 750 2,200 2,600	テニスコート ぐんま武道館 ぐんま武道館 ぐんまアリーナ
25(日)	群馬県選手権大会(清水善造杯) ／テニス(31日) 第22回群馬県小学校バンド フェスティバル・第31回群馬 県マーチングコンテスト 群馬県大極拳協会納涼講習会	220 6,500 300	テニスコート ぐんまアリーナ サブアリーナ ぐんま武道館
28(水)	第10回北関東GG交流大会 ／グラウンド・ゴルフ	1,760	ふれあいグラウンド
31(土)	県高体連弓道専門部 リーダー養成研修会 群馬県中体連強化大会／新体操 群馬県柔道連盟強化選手選考会 スバルカップ ／ミニバスケッボール 剣道8段受審者研修会 ジュニア強化練習会 ／空手道	600 500 650 3,900 400 150	弓道場 ぐんま武道館 ぐんま武道館 ぐんまアリーナ ぐんま武道館 ぐんま武道館

8月の休館日 26日(月)

9 月			
日付	大会名称	人数	施設名
1(日)	県中体連卓球部秋季強化練習会 群馬県柔道場連合会大会 トンガ杯県中学校夏季 研修大会／ソフトテニス 群馬県空手道連盟 昇段審査会・昇級審査会	1,600 850 2,000 1,000	ぐんまアリーナ ぐんま武道館 テニスコート ぐんま武道館
4(水)	第36回県民スポーツ祭GG ベア大会1部・2部 ／グラウンド・ゴルフ(5日)	2,500	ふれあいグラウンド
7(土)	第48回群馬県 レクリエーション大会 群馬県選手権大会 (清水善造杯ベテラン部) ／テニス(8日、15日、16日) 第53回全日本医科学生体育 大会王座決定戦(8日)	2,800 570 990	ぐんまアリーナ ぐんま武道館 テニスコート サブアリーナ
8(日)	JALネクストアスリート プロジェクトスポーツ能力測定会 群馬県スポーツ少年団 中学生交流大会／柔道 剣道6、7段受審者研修会 女子部稽古会	1,300 1,440 260	ぐんまアリーナ ぐんま武道館 ぐんま武道館
10(火)	無 料 開 放 日		
12(木)	第3回シニア弓道大会	300	弓道場
14(土)	群馬県高体連 夏季ソフトテニス 大会シングルス(15日) 全日本卓球選手権大会 群馬県予選会(15日) 高体連柔道専門部リーダー 養成研修(15日、16日) 県高体連1、2年生大会／空手道	1,000 800 740 1,300	テニスコート ぐんまアリーナ ぐんま武道館 ぐんま武道館
15(日)	関東甲信越競技ダンス大会 秋季大会・国体社行会／弓道 第26回紫紺杯柔道大会	2,900 400 1,500	サブアリーナ、本館 弓道場 ぐんま武道館
16(月)	第36回群馬県マーチングバンド パトワリングフェスティバル 前橋市空手道選手権大会	3,100 500	ぐんまアリーナ ぐんま武道館
19(木)	日本女子テニス連盟群馬支部 クラブ対抗(20日、26日) 国体結団式	900 1,000	テニスコート ぐんま武道館
20(金)	あいあいレクリエーション大会	1,300	ぐんまアリーナ
21(土)	群馬県高体連 新人テニス 大会個人戦本戦(22日) 群馬県近県高校弓道 錬成大会(22日、23日) 高体連剣道県選手権 (団体戦・個人戦)(22日)	300 1,900 3,900	テニスコート 弓道場 ぐんま武道館
22(日)	ラジオ体操秋季講習会 群馬県学生空手道選手権大会・ 国体強化練習会／空手道	725 220	ぐんまアリーナ、本館 ぐんま武道館
23(月)	群馬県小学生ソフトテニス 団体戦大会 群馬県空手道錬成大会	1,260 2,200	テニスコート ぐんま武道館
27(金)	運動部活動指導者研修会	480	ぐんま武道館
28(土)	高体連空手道専門部 リーダー養成研修会 群馬県中体連卓球部強化 練習(29日)	1,000 300	ぐんま武道館 ぐんまアリーナ
29(日)	群馬県成年シニアソフト テニス選手権大会 紅白試合・県民スポーツ壮年 柔道大会・女子年齢別大会 県柔道連盟指導者資格 更新・養成講習会 群馬県インディアカ大会	380 660 220 300	テニスコート ぐんま武道館 ぐんま武道館 サブアリーナ

9月の休館日 2日(月) 9日(月) 17日(火) 24日(火) 30日(月)

※主催者の都合で中止になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

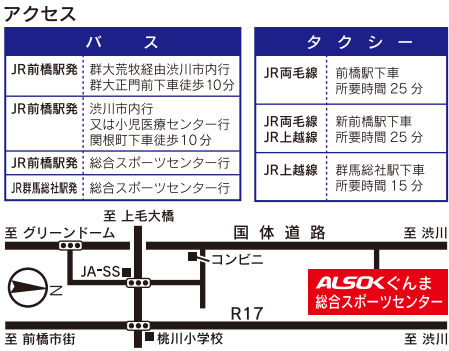
ALSOくぐんま総合スポーツセンター

〒371-0047 前橋市関根町 800 番地
公益財団法人 群馬県スポーツ協会

開館時間	9：00～21：00
受付時間	8：45～20：00
休館日	毎週月曜日 (月曜が祝日の場合は翌日が休館日、 月曜が10日の場合は開館し、翌日が休館日となります。)
お問合せ	027-234-1200



①ぐんまアリーナ／②ぐんま武道館／③ぐんま武道館
弓道場／④本館／⑤サブアリーナ／⑥アイスアリーナ
／⑦テニスコート／⑧ふれあいグラウンド／⑨宿泊棟
／⑩スポーツ資料館／⑪仮設アーチェリー場



Sports Season

ALSOくぐんま総合スポーツセンター施設ナビ「スポーツシーズン」版 二〇一九年七月一日発行 第三十三号発行 公益財団法人 群馬県スポーツ協会

〒371-0047 前橋市関根町800番地 総合スポーツセンター内

ALSOくぐんま総合スポーツセンター 施設ナビ

Sports Season

2019 7-9 No.33

イメージキャラクター
ある太くん

イメージキャラクター
ありなちゃん

特集 Sports Season特集2019
新館長インタビュー
エンジョイ健康教室参加者募集中!!
群馬のスポーツを季節ごとにナビゲート
夏季(7月～9月) 施設利用スケジュール



Sports Season特集 2019 新館長インタビュー

群馬県総合スポーツセンター館長 兼
公益財団法人 群馬県スポーツ協会事務局長

高田 勉

うれしい思いをしたり、くやしい思いをしたり スポーツを通して素晴らしい経験をしてほしい。

館長のお仕事について

群馬県総合スポーツセンターは、ぐんまアリーナや武道館などのほか、伊香保スケートリンクもあり、いろいろな施設で沢山の事業をおこなっておりますので、そういったものが円滑に運営できるよう適切に人員を配置したり、設備の管理状況などを含めまして全体を把握し効率的に施設運営が行えるように組織全体を総括することが館長の仕事だと思っています。

新館長としての抱負や目標は？

「プレイヤーズファースト」。
スポーツをする人を第一に考えて、楽しくできたり、生きがいをもってできたり、あるいは競技によってはもっと高い水準を目指し取り組んでいけるように、どういったサービスができるか競技スポーツ、生涯スポーツまたは医学科学的な面からも何ができるか、より良い方策は何があるだろうかと模索していきたいと思います。また、当施設を利用する方たちにとって利用しやすい施設であることを目指したいです。各競技の県大会や県民スポーツ大会など大規模な大会に対応しているというのが当施設の第一義ではあります

が、県内の各地域にあるスポーツ施設などと連携・連動して大会やイベントなどをスムーズに開催できるよう取り組んでいきたいです。

総合スポーツセンターの今後の発展について

2017年にサブアリーナにクライミングウォールができ、今年度中にはアーチェリー場が完成する予定です。2028年には群馬県で2回目となる国体が開催されますので、充分な施設整備など進められればと思っています。また、国体もオリンピックについても、どんどん新しいスポーツや競技が進出してきていますし、昔と比べてスポーツがより広い視野で見られるようになり、新たなスポーツ、障がい者スポーツなどが注目されることも増えてきました。アジア大会ではeスポーツも取り入れられたりしましたが、時代の流れといいえますか、スポーツも変容していますので、そこに対応できるような考え方、取り組みはしていきたいと思っています。国や各競技の中心組織の動きを視野にいれつつ、群馬県でもスポーツで遅れを取らないように対応したいですね。

スポーツ推進・振興について

群馬県の大きな課題であると思いますが、スポーツに取り組む若い人たちを受け入れる体制が、県内ではなかなかできていない現状があります。例えば、群馬県で育ち進学で県外へ出て、戻って群馬で企業・実業団などに所属し、支援を受けながらスポーツに取り組みたいと思って難しい問題です。県や企業と協力しながら、スポーツ選手の受け皿が保てるような仕組みづくりが必要だと感じています。

それといわゆる生涯スポーツについて、組織づくりやイベントなどの開催のほか、楽しめる環境づくりをしていかなければと思っています。健康寿命も伸び、高齢でもスポーツを楽しんでいる方はたくさんいますし、やっぱり気持ちよく汗を流せれば、いくつになっても楽しいですからね。

読者にひとこと

「Sports Season」が皆さんのスポーツを始めるきっかけになったらうれしいですね。スポーツっていいなって思うような日々を過ごしていただきたいです。

ご利用者様へお願い

施設の美化、ゴミの減量化のため、敷地内のゴミ箱を撤去いたしました。皆様の環境美化に対するご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

熱中症にご注意ください！



スポーツでの熱中症事故は、誰にでも起こる恐れがありますが、適切な予防・対策をすれば防ぐことができます。熱中症について正しい知識を身につけて、安全にスポーツを楽しみましょう。

熱いとき、無理な運動は控える。

気温が高いとき、または同じ気温でも湿度の高いときほど熱中症の危険が高まります。涼しい時間を選んで実施し、こまめな休憩をとりましょう。

急な暑さに注意。

夏の初めなどや、夏以外でも急に気温が高くなると熱中症事故が起こりやすくなります。急に暑くなったときは、暑さに慣れるまで数日間は軽めの運動にとどめましょう。

水分補給をしましょう。

こまめな水分補給をしましょう。汗をかくと水分と一緒に塩分も失われます。スポーツドリンクなどを利用して0.1～0.2%の塩分を補給するとよいでしょう。

できるだけ薄着で。

暑いときは軽装で、吸湿性や通気性の良い素材の衣服にしましょう。屋外では帽子を着用するなどし、直射日光を避けましょう。防具など着用する場合は休憩中に熱を逃がしましょう。

体調が悪いなら中止。

疲労、睡眠不足、風邪など体調のすぐれないときは無理に運動をしない。また運動中に体調がすぐしても悪くなったら、周りの人に伝えて運動を中止しましょう。

REGULAR INFORMATION

2019 年度 スポーツ協会 ごあんない

総合スポーツセンターでは、一年を通じて様々な教室や事業、公開講座等が開催されています。

教室・講座名・事業名	期 日	会 場	対 象	定 員	参 加 料
テニス公開講座	9月 4日・11日・18日・25日 10月 2日・9日・16日 11月 6日・13日 各週水曜日(4月～11月……17回) 受付時間 午前9時00分～ 9時30分 講習時間 午前9時30分～ 11時30分	ALSOKぐんま 総合スポーツセンター (テニスコート)	一 般 県 民 小学生以上 (初心者から上級者)	各回50人程度	1 回700円 (保険料、会場使用料) 消費税含む

内 容	期 日	時 間	対 象	申込方法	料 金
健康・体力測定 (医学的検査含む)	7月 6日・20日・27日 10月 19日・26日 11月 2日・ 9日・16日 12月 14日・21日 1月 11日・18日・25日 2月 1日	競技者 8:30～ 一般者 13:00～	県 民	事前に予約が必要です。 お問い合わせください。 (競技スポーツ課) ☎027-234-5555(代) http://www.gunma-sports.or.jp/	3,500円
体力測定	通 年	随 時			個人 700円 団体20人以上 600円 高校生以下 350円 データ処理 350円
筋力測定					1,250円
最大酸素摂取量測定					1,250円

スポーツ医事相談…随時、スポーツ愛好者及び競技選手のスポーツに関する傷害等について、スポーツドクターを紹介します。お気軽にお電話ください。(競技スポーツ課) ☎027-234-5555(代)

TOPICS

(公財)群馬県スポーツ協会自主事業

お問い合わせ先/☎027-234-5555

(公財)群馬県スポーツ協会スポーツ施設課

エンジョイ健康教室 参加者募集!!

スポーツの楽しさと汗をかく爽やかさを味わいながら、仲間の輪を広げましょう!!

■時間
・午前の部(9時より受付) 9:30～11:00
・午後の部(13時より受付) 13:30～15:00
■会場／ALSOKぐんま総合スポーツセンター
ぐんまアリーナ Aコート
(前橋市関根町800番地)
■講師／群馬県健康スポーツ指導者協議会
■定員／各教室1回30人程度
■対象者／一般県民

- エクササイズボール(園城朋子先生)
- バドミントン(桑原三枝子先生)
- スローエアロビクス(須田浩子先生)
- ヨガ(丹羽道子先生)

日 程	7月	3(水)		5(金)		12(金)		17(水)		19(金)	
		午前	-	スローエアロビクス	スローエアロビクス	スローエアロビクス	エクササイズボール	スローエアロビクス	エクササイズボール	スローエアロビクス	エクササイズボール
9月	9月	午後	バドミントン	ヨガ	ヨガ	ヨガ	バドミントン	ヨガ	バドミントン	ヨガ	バドミントン
		午前	エクササイズボール	スローエアロビクス	エクササイズボール	スローエアロビクス	エクササイズボール	エクササイズボール	エクササイズボール	スローエアロビクス	スローエアロビクス
		午後	バドミントン	ヨガ	バドミントン	ヨガ	バドミントン	バドミントン	バドミントン	ヨガ	バドミントン

- ◆参 加 料／1回500円(保険料・会場使用料・消費税を含む)
- ◆申込受付／当日時間までに会場にお越しいただき、参加料も会場受付でお支払いください。
- ◆そ の 他／上履き、タオル、飲料水等は各自持参してください。
教室で使用する用具は全て協会が用意します。

スタンプラリー
参加するもらえる
スタンプを、10個
集めると1回無料!



EVENT 令和元年 7月～9月の主なイベントご案内			
大会等の名称	日 程	使用施設	主催者又は主管者
第58回関東実業団対抗テニストーナメント大会	7月13日(土)・14日(日)	テニスコート	群馬県テニス協会
第38回関東ブロックスポーツ少年団競技別交流大会	7月26日(金)～28日(日)	ぐんまアリーナ・ぐんま武道館・本館	群馬県スポーツ協会、群馬県スポーツ少年団
第54回 群馬県中学校 総合体育大会	ソフトテニス	7月28日(日)・29日(月)	テニスコート
	柔道大会	7月29日(月)・30日(火)	ぐんま武道館
	剣道大会	7月29日(月)・30日(火)	ぐんま武道館
	卓球大会	7月31日(水)	ぐんまアリーナ
	第70回ダンス発表会	7月31日(水)	ぐんま武道館
群馬県戦没者追悼式	8月15日(木)	ぐんまアリーナ	群馬県健康福祉部国保保護課
第4回月刊バスケットボールカップU-15大会	8月18日(日)～20日(火)	ぐんまアリーナ・サブアリーナ・本館	群馬県バスケットボール協会
関東甲信越競技ダンス大会	9月15日(日)	サブアリーナ・本館	群馬県ボールルームダンス連盟