



クレー射撃

【狙い定め、風を切る瞬間の勝負】

競技会場：弘前クレー射撃場

※競技会場に駐車場はありません。

HPをご確認のうえ、シャトルバスをご利用ください。



※詳しくはこちらから

クレー標的を空中に飛ばして散弾銃で射撃し、その命中率によって順位を競います。

▶トラップ

標的が射手の前方から左・中央・右方向のいずれかに、射手のコール(掛け声)によって放出されます。射手は横一線に配置された5箇所の射台を順に移動しながら射撃します。1枚の標的に対して2発まで撃つことができます。1発目で当てても、2発目で当てても点数は同じです。

▶スキート

標的が射手の左右から交互または同時に飛び出します。射手は2つの放出機の間に半円形状に設置されている射台を順番に移動しながら射撃します。1枚の標的に対して1発だけしか撃てません。



QUICK TIPS

直径11cm、時速80~120kmの速さで飛ぶ標的を、決められた弾数で狙い撃つため、素早い判断と確かな動きが欠かせないスリリングな競技です。
※競技特性上、大きな音が発生します。

種 別	9/3(木)	9/4(金)	9/5(土)	9/6(日)
トラップ	○	○	○	○
スキート	○	○	○	○

たか丸くんの豆知識

クレー射撃に使われる装弾は、発射されると約300~500発の細かい鉛玉が拡散される「散弾」と呼ばれるものを使う。



体操競技

【限界を超える美、極める力】

競技会場：青森県武道館

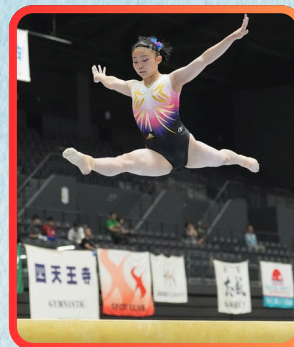
※競技会場内での写真・動画撮影は禁止です。



※詳しくはこちらから

体操競技会は競技・トランポリン・新体操の3つに分かれ、技の難易度や安定性、体線の美しさや芸術性などを複数の審判員が採点し、その合計点を競う競技です。

その中でも体操競技は、男子はゆか・あん馬・つり輪・跳馬・平行棒・鉄棒の6種目、女子は跳馬・段違い平行棒・平均台・ゆかの4種目で行います。国スポ(国体)では、男女とも1チーム5名が演技し、各種目とも上位4名の合計得点で順位が決定します。技の難易度・美しさ・雄大さ・安定性などが採点の基準となります。



QUICK TIPS

スピード感あふれる技、優雅さのなかに力強さを秘めた演技が特徴。

「ピタッ」と着地が決まった時が拍手のタイミング!

種 別	9/3(木)	9/4(金)	9/5(土)	9/6(日)
成年男子	—	—	決勝	—
成年女子	—	—	決勝	—
少年男子	予選	予選	—	決勝
少年女子	予選	予選	—	決勝

たか丸くんの豆知識

体操競技では国際体操連盟の定める国際大会で、C難度以上の新技を成功させると、その新技の名前を選手の名前にすることができるよう。技名「たか丸くん」は憧れまる。





トランポリン

【跳ぶたびに広がる、青空への挑戦】

競技会場：岩木山総合公園体育館

※競技会場内での写真・動画撮影は禁止です。



※詳しくはこちらから

体操競技会は競技・トランポリン・新体操の3つに分かれ、技の難易度や安定性、体線の美しさや芸術性などを複数の審判員が採点し、その合計点を競う競技です。

その中でもトランポリンは、競技用のトランポリンを使用して20～30秒ほどの短い時間で10回の跳躍をし、その間にアクロバティックな空中演技で、美しさ・難しさ・高さ・位置のブレの少なさを競う採点競技です。

演技中にやり直しはできず、一発勝負の緊張感が伝わります。



高度からトランポリンに着地するたびに、体にかかる負荷は、体重の10倍以上とされています。負荷がかかる中でも、正確で美しい空中演技には魅了されます。

種 別	9/9(水)
男子(成年少年共通)	予選・決勝
女子(成年少年共通)	予選・決勝

たか丸くんの豆知識

発祥は1930年代、アメリカでサーカスの安全ネットをヒントに開発され、トレーニング等に使われてきたよ。オリンピック正式種目になったのは2000年のシドニー大会と世界的に注目されたのは比較的最近まる。



新体操

【身体で奏でる、情熱のハーモニー】

競技会場：青森県武道館

※競技会場内での写真・動画撮影は禁止です。



※詳しくはこちらから

体操競技会は競技・トランポリン・新体操の3つに分かれ、技の難易度や安定性、体線の美しさや芸術性などを複数の審判員が採点し、その合計点を競う競技です。

その中でも新体操は、手具(女子は「フープ・ボール・クラブ・リボン」、男子は「スティック・リング・ロープ・クラブ」)を使い、音楽に合わせて演技する競技です。

各種目を1名で行う個人競技と、5名で演技を行う団体競技の合計得点で順位が決まります。伴奏音楽に溶け込ませた芸術性の高い演技が見どころです。



音楽と演技がマッチする瞬間が見どころです。また、華やかな色づかい、凝られたデザインの衣装にも注目です。

投げ上げられた手具をキャッチした時が、拍手のタイミング!

種 別	9/12(土)	9/13(日)
少年男子	個人	団体
少年女子	個人	団体

たか丸くんの豆知識

国外では、「モダン・ジムナスティックス」→「モダン・リズムミック・ジムナスティックス」→「リズムミック・スポーツ・ジムナスティックス」→「リズムミック・ジムナスティックス」と時代の変化に伴い、複数回名称が変更されてるけど、日本での名称は「新体操」から変わらず親しまれているまる。

