



## 第20回アジア競技大会 (2026/愛知・名古屋)

日程 令和8年(2026年)  
9/19(土)～10/4(日)

場所 メイン会場:  
瑞穂公園陸上競技場  
(瑞穂区)

アジア競技大会  
開幕まで

あと**476**日  
(2025年6月1日時点)

大会の  
最新情報は  
こちら

アジア  
競技大会 >  
ホームページ



# Aichi-Nagoya 2026

(第20回アジア競技大会・第5回アジアパラ競技大会)

大会の  
最新情報は  
こちら

アジアパラ  
競技大会 >  
ホームページ



アジアパラ競技大会  
開幕まで

あと**504**日  
(2025年6月1日時点)

## 第5回アジアパラ競技大会 (2026/愛知・名古屋)

日程 令和8年(2026年)  
10/18(日)～24(土)

場所 メイン会場:  
瑞穂公園陸上競技場  
(瑞穂区)



## 競技紹介

### 新体操

13メートル四方のフロアで、手具を使いながら音楽に合わせてリズムカルな演技を行う。手具はリボン・ボール・フープ・クラブの4種類。演技の構成や正確性、芸術性などで点数が決まる

**開催場所** 市総合体育館  
[レインボーホール]  
**場所** 南区東又兵衛町  
5-1-16  
**アクセス** JR東海道本線  
「笠寺」駅 徒歩3分



### Rhythmic Gymnastics



しなやかな動きと  
曲に溶け込む演技に注目

### 東京2020オリンピック

団体総合 日本代表

たけなかななみ  
竹中七海さんに

アジア競技大会に

込める思いを

聞きました



実際に会場で見ると、道具がどれだけ高く上がっているかや、選手と音楽の一体感がより伝わってきます。ダイナミックさや美しさを間近で感じてほしいです。

竹中さんに新体操の  
魅力についてインタビュー  
詳しくは市公式note



©日本体操協会

選手によって異なる技や体の動きに注目

高く上げた手具をキャッチ…片手で取ったり、背中で取ったり、回転しながら足で挟んで取ったりするなどさまざま

手具を上に投げる高さは  
観客席からでも見上げるほど。  
ミスをするとき大きく点数が  
下がるため、  
緊張感の中、技を行う

優雅な動きを支える柔軟性…足を頭の上まで上げたり、上体を大きく反らしたり、開脚してジャンプするなどの優雅な動きが見られる。簡単そうに見える技も、高い柔軟性とそれを支える筋力などが求められる

足の上げ方を竹中さんが実演!  
高い柔軟性があるからこそ  
実現できる



ひざを真っすぐ伸ばして  
腕の筋肉の伸びを感じよう

いろんな  
ポーズに  
挑戦できた!

体を柔らかくして  
筋肉をほぐすよ

バランス  
を取るの  
は難しい!

子どもたちが  
竹中さんに  
ストレッチを  
学びました!



### パラ陸上競技

### Para Athletics

走る・跳ぶ・投げるなど、基本的な運動動作がベースとなる競技で、短距離や走り高跳びなどさまざまな種目がある。パラ陸上競技では障害の種類や程度ごとにクラス分けが行われ、クラスごとに競技を行い順位を決める

**開催場所** 瑞穂公園陸上競技場



©2021 株式会社LOOP-PFI  
※画像はイメージ

**場所** 瑞穂区山手通5-4  
**アクセス** 地下鉄名城線  
「瑞穂運動場東」駅  
徒歩10分



©TOYOTA

パラ陸上競技の  
ここが面白い!

パラ陸上競技ならではの用具やサポーターに注目

選手は自身の障害に合わせて用具の形状・重さなどを調整して競技に臨んでいる。良い結果を出すための努力を、用具を通じても知ることができるのは、パラスポーツならではの



**義足**…板を曲げた形状であり、バネのように地面を蹴る力を利用してスピードを出す



**競技用車いす「レーサー」**…3輪で、重量は8～10キログラム。下り坂では時速50キロメートル以上出ることも



**ガイドランナー**…ガイドロープを握り合い、選手を誘導。レース中はまさに一心同体!

選手とレーサーの  
一体感に注目

選手の「目」となり  
共にゴールを  
目指す

子どもたちが  
石田選手に  
速く走るコツを  
学びました!



ももを高く上げよう

足を上げるのが  
大変だったけど  
楽しかった!



反り返っちゃ  
駄目だよ

ちょっと速く走れるように  
なったかも!

問 合 総務局アジア・アジアパラ競技大会推進課 ☎052-972-4079 FAX052-972-4205