# 筋肉でつながろう！パラ・パワーリフティング体験会 in 新山口駅

## 2026年度 第2回　山口版　開催要項

～令和8年度（公財）日本パラスポーツ協会委託事業「地域におけるパラスポーツ振興事業」～

---

### 1. 開催目的

・「筋肉」を合言葉に、さまざまな団体・人がつながり、地域で継続してパラスポーツに関われる関係づくりを進める。

・パラ・パワーリフティングの体験を通して、競技やトレーニングの魅力を広く知ってもらう。

・2026年度　第1回研修会で学んだ内容を生かし、地域の運営スタッフが実際の体験会運営に関わることで、今後地域で継続的に体験会や練習を支えられる人材・体制づくりにつなげる。

### 2. 参加対象

**【体験参加者】**

・パラ・パワーリフティングや筋力トレーニングを体験してみたい方。障がいの有無、競技経験の有無を問わない。

**【運営スタッフ】**

・筋肉で繋がろうパラパワーリフティング研修会＆体験会山口会場の参加者、パラスポーツ指導員、トレーニング・パワーリフティング関係者、地域でパラスポーツの活動を支えたい方など。

### 3. 日時・当日のスケジュール

**令和8年（2026年）11月22日（日）**

12:00　運営スタッフ集合・会場設営

12:15　運営スタッフ打合せ（役割確認、体験補助のポイント・安全確認）

12:30　体験参加者 受付開始

13:00　パラ・パワーリフティング体験会 開始

競技紹介／ベンチプレス体験／トレーニング相談など

16:15　体験会まとめ・アンケート等

16:30　体験会終了、片付け

17:00頃　運営スタッフ解散予定

お問い合わせ：日本パラパワーリフティング連盟　担当：岡本　power.okamo@gmail.com

## 4. 会場

新山口駅　山口県山口市小郡令和 1 丁目 2-1

## 5. 主催・主管・協力等

**主催　特定非営利活動法人** 日本パラパワーリフティング連盟

**主管　山口パラパワーリフティングクラブ**

**協力　公益財団法人山口県障害者スポーツ協会**

山口県パラスポーツ指導者協議会

山口防府地域パラスポーツ指導者協議会（YAHO）

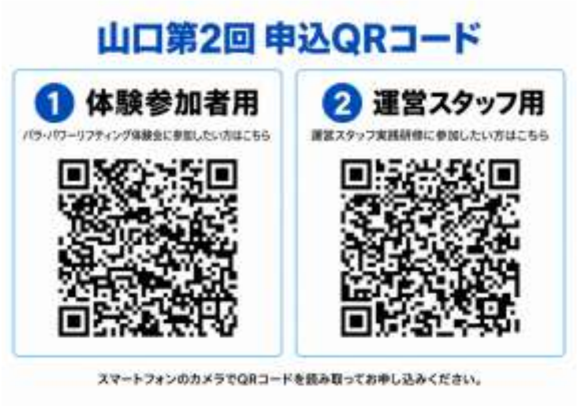
**後援　山口県**

## 6. 参加費

無料

## 7. 申込み

申込フォームによる申し込み。
Google Forms を利用した WEB 申込は次の QR コードからお申し込みください。



山口第2回 申込QRコード

① 体験参加者用
パラ・パワーリフティング体験会に参加したい方はこちら

② 運営スタッフ用
運営スタッフ実践研修に参加したい方はこちら

スマートフォンのカメラでQRコードを読み取ってお申し込みください。

申込〆切　　令和 8 年 11 月 15 日　　17 時まで
申し込み期限を過ぎてしまった場合は下記までご連絡ください
お問合せ先　　日本パラパワーリフティング連盟　担当:岡本　power.okamo@gmail.com