

**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

Rhythmic Gymnastics

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



しなやかな動きと
曲に溶け込む演技に注目

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

東京2020オリンピック

団体総合 日本代表
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



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



限界に挑み続け、
速さのその先へ!

開催場所 瑞穂公園陸上競技場

場所 瑞穂区山下通5-4

アクセス 地下鉄名城線
「瑞穂運動場東」駅
徒歩10分

東京2020パラリンピック

陸上男子 日本代表
石田 駆選手に
アジアパラ競技大会に
込める思いを
聞きました



パラスポーツを含め、日本のスポーツ界を盛り上げるためにも力を入れているこの大会で、「スポーツをよく知らない」「関心をもっていない」という方に向けてもアピールできることがとても楽しみです。

石田さんに陸上競技の魅力についてインタビュー
詳しくは市公式note



新体操の
ここが面白い!

選手によって異なる技や体の動きに注目



高く上がった
ボール

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

手具を上へ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



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、用具を通じて知ることができるのは、パラスポーツならではの



義足を使いこなす
テクニックに注目

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



選手とレーサーの
一体感に注目

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



選手の「目」となり
共にゴールを
目指す

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!

子どもたちが
竹中さんに
ストレッチを
学びました!



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!

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!

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