

# JFA 女子サッカーデー

ウォーキングフットボールイベント  
(ヨコタ上桜スポーツグラウンド)

〒779-3303 徳島県吉野川市川島町桑村 607-23

2026年3月14日(土)AM10時～13時終了予定

主催：一般社団法人徳島県サッカー協会

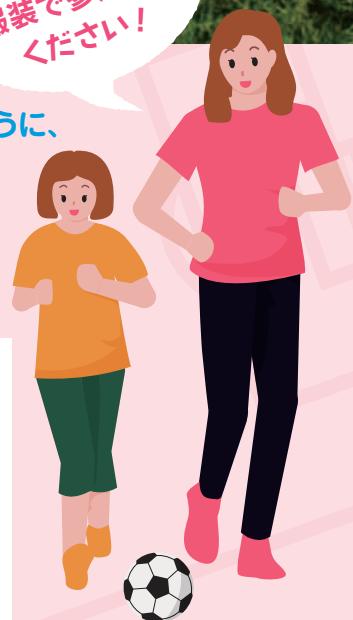
後援：公益財団法人日本サッカー協会

身体が  
動かせる  
服装で参加して  
ください！

スポーツを愛するすべての人が、なものにも縛られず、もっと自分らしく咲き誇れるように、  
ひとりひとりのチャレンジや夢やその選択を心から応援できる社会になるように。

日本サッカー協会は、

3月8日の「国際女性デー」を「女子サッカーデー」と位置づけ、  
誰もがサッカーを楽しめて、誰もが輝ける社会の実現をめざします。



※天候等の状況により、イベント中止となる場合があります。（小雨決行）

ウォーキングとサッカーの融合スポーツです。

走りません!

年齢を問わず、みんなで一緒に楽しめます!

通常のウォーキングの3倍以上の消費活動量。ダイエット目的に!

乳酸が溜まりづらい。筋肉に過剰な負荷をかけません!

幅広い世代や目的に対応できるスポーツです!



## ルール

### 全体

- 1 歩いてプレー
- 2 接触禁止
- 3 ボールを高く蹴り上げない
- 4 ヘディング禁止



### フィールドプレイヤー

- 1 相手が持っているボールを取らない
- 2 スライディング禁止
- 3 コートの外に出た場合はキックインまたはアンダースローイン
- 4 攻撃側も守備側もゴールエリアには入れない



### ゴールキーパー

- 1 スローはすべてアンダースロー
- 2 ゴールエリアを出てはいけない
- 3 バックパスを受けられる



## 参加してみての感想

走らなくていいので簡単かなと思いましたが、転がるボールを歩いて追いかけるのはなかなか難しかったです。誰でも始めやすく、サッカーをしたことがない方も楽しめる競技だと思いました。とても楽しかったです。ありがとうございました。

はじめてのウォーキングフットボールは思ってた以上に運動量があり、楽しみながらいい汗がかけました。サッカーをしたことがなくても楽しくできるスポーツで、また参加しようと思います。