

ニュースポーツ体験会のご案内

ニュースポーツは、技術やルールが簡単、しかも適度な運動量を備えています。年齢や性別にかかわらず、「誰でも参加できる生涯スポーツ」として、注目されています。そこで、ニュースポーツの楽しさを体験する催しを下記により開催します。皆さんふるってご参加ください。

と き：令和6年9月29日（日）13時00分～

ところ：旧白鳥東小学校体育館

主 催：NPO 法人 大洋スポーツクラブ

主 管：大洋SC ニュースポーツ教室

後 援：銚田市教育委員会

協 力：銚田市スポーツ推進員

種 目：吹き矢 フロアーカーリング ペタンク等々



健康吹き矢

吹き矢は、深い呼吸をゆっくりとした動作で行い精神を集中して呼吸を整えてから行います。スポーツとしての「挑戦する醍醐味」、そして的に当たる「喜び」や「爽快感」を兼ね備えています。



フロアーカーリング

フロアーカーリング(フロッカー)は、季節や天候に左右されない体育館など普通の床上でも行えるようにしたもので、子どもから高齢者まで、だれでも手軽に楽しめるニュースポーツです。



室内ペタンク

ボール 砂入のゴム製の球（赤、青各6個ずつ）
ビュット ペタンクのものよりやや大きめ
室内の場合 転がりやすい

ラダーゲッター

ヒモでつながっている2個のボールをラダー(はしご)に向かって投げ、ボールがラダーに引っかかるとポイントになる。引っかかったボールの数で得点を競うゲームです



参加費：無料

対象者：身体を動かしたい方どなたでも歓迎（事前申し込み制）

募 集：40名（先着）

申込先：希望者は下記まで連絡下さい

くぬぎの森 大洋SCクラブ事務所

Tel 0291-32-8871・090-7737-3151 担当：味原

参加申込書

氏 名 _____ 年 齢 _____ 性 別 男 女

氏 名 _____ 年 齢 _____ 性 別 男 女

住 所 _____ 電 話 _____