

# かつしか レクリエーションスポーツ 体験会

参加費無料  
当日参加可能

令和5年  
8/6(日)

どなたでも楽しむことができる“レクリエーションスポーツ”を体験してみよう！  
簡単ルールで子どもから高齢者・障がいのある方までご参加いただけます！  
当日に各体験ブースを回り、スタンプを集めて記念品をゲットしよう！

【会 場】 奥戸総合スポーツセンター大体育室(奥戸 7-17-1)

【時 間】 9時 30 分～13 時(最終受付 12 時)

【対 象】 区内在住・在勤・在学・在園の方

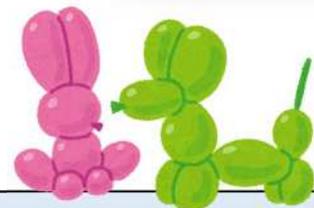
【体験種目】 手のひら健康バレー/スピード・ラダーゲッター/  
ペア・リング・キャッチ/モルック/ボッチャ/  
フロアホッケー/簡单体力テスト  
血管年齢測定が体験できます！



※当日、アンケートを答えてバルーンアートをGETしよう！

【持 ち 物】 室内履き・健康保険証・飲み物

※動きやすい格好でお越しください。



【お問い合わせ先】

奥戸総合スポーツセンター体育館内(奥戸 7-17-1)

葛飾区教育委員会事務局生涯スポーツ課事業係

TEL:03-3691-7111 FAX:03-5698-1752



## 手のひら健康バレーとは…

専用のボールとネットを用いて、6人のチームで2分間ネット越しにボールをパスした回数が記録となります！

“チームメイトと協力して

大記録を目指そう♪“

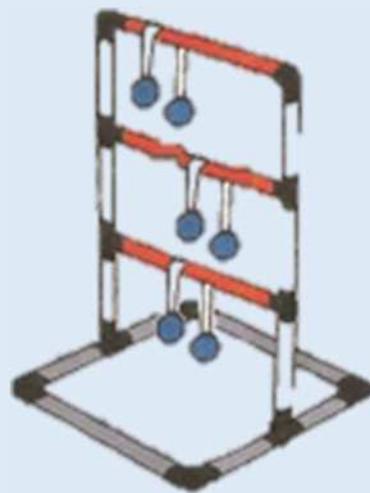


## スピード・ラダーゲッターとは…

ラダーに向けてボールを投げて、3本のバーに1個ずつどれだけ早くボールを掛けられるかを競います！

“どれだけ早く掛けられるか

チャレンジしてみよう♪“



## モルックとは…

モルックとは、フィンランド発祥の木製のピンを的に当てる、だれもが楽しむことができる新しいスポーツです！

“狙った的に倒して、

高得点を目指そう♪“



## ペア・リング・キャッチとは…

向かい合った2人が3つ以上のリングをまとめて投げ合い、2分間にいくつのリングをキャッチできるかを競います！

“いくつキャッチできるか

挑戦してみよう♪“



体験種目の動画はこちらから