

スポーツフェスティバル

楽しむさ ∞ むげんだい

ボッチャ

リオ・パラリンピックでは日本銀メダル！
弾まない軽いボールを使い カーリングに
似た簡単ゲームをしてみましょう



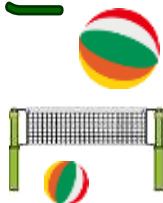
ストラックアウト

ボールで的を打ちぬいたら大成功！
何枚 ぬけるかな？



シッティングバレー

柔らかいボールを使い 床にすわったまま
バレーボールのゲームをします こちらも
パラリンピック正式種目です



スポーツチャンバラ

お父さんやおじいちゃんも遊んだ
チャンバラ ※小学生以上対象



わなげ

得点版の棒に輪を入れるだけ
と思いきや これが意外と…p(^^)q



フェルデンクライス健康体操

だれでもできる簡単な動きで 脳を活性化し
自分の身体への気づきとバランスのよい動きを
※要事前申し込み 10/6(金)までにお問い合わせください

平成 29 年 10 月 9 日 (祝) 9 時～12 時 15 分 受付終了 11 時 45 分 小金井市総合体育館

♣ どなたでも参加できます 無料 ♣ 体育館用シューズをお持ちください ♣ 受付は当日直接会場へ

※スポーツチャンバラは 2 回開催します (①9:40～10:40 ②11:00～12:00 各回とも定員あり 当日申し込み順)
※詳しくは「市報こがねい」10 月 1 日号をご覧ください

◇◇◇◇◇ お問い合わせ・主管 地域スポーツクラブ NPO法人 黄金井倶楽部 ◇◇◇◇◇

〒184-0005 小金井市桜町 2-2-3 1 上水公園運動施設グラウンド管理棟内
電話 042(406)2280 (月～金・9～17時/第1月曜・祝日休業)