

ニュースポーツ体験会ご案内

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の体験会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：平成31年2月17日（日）受付13時00分～

ところ：大洋体育館

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 銚田市教育委員会

協力：銚田市スポーツ推進員

種目：健康吹き矢 フロアーカーリング フリーテニス 等々

参加費：無料

対象者：初めての方、経験者どなたでも歓迎（事前申し込み制）

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



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心を落ち着かせてから行います。難しい動作はありませんので、初めての方でも的に当てる事ができます。ゲームとしての「単純明快なおもしろさ」と、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、木製のターゲットに、キャスター付きの木製フロッカーを送球し得点を競います。ルールも簡単。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。



フリーテニス

ソフトテニスのボールよりやや小さいボールを、木製のラケットで打ち合う競技です。ラケットは卓球のラケットをひとまわり大きくしたようなものを用います。コートが小さいため、年齢・性別を問わず、誰もが気軽に参加できます。上級者になると、トップスピンやバックスピンなどを多用した変化のあるゲームが展開でき、飽きることなく楽しめるスポーツです。