

**参加
無料**

※**上ぐつ**を
ご持参
ください。

ラージボール卓球

スローイングビンゴ

ファミリーバドミントン

ボツチャ

少年野球体験教室



さんてコーナー



走り方教室

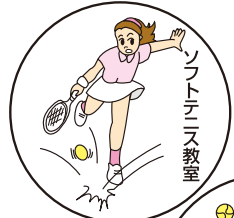
第1部10:30～
第2部13:00～



輪投げ



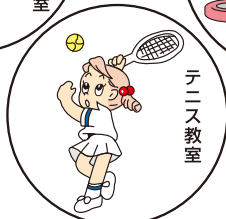
走り方教室



ソフトテニス教室
テニス教室



カロリーリング



テニス教室



ペタンク



体力測定



モルック

◎参加費は無料です。又、事前申込みも不要ですので、お気軽にご参加ください。

詳しくはこちら



主 催

大和郡山市スポーツ協会／大和郡山市スポーツ推進委員会／大和郡山市

〒639-1198 大和郡山市北郡山町248-4

TEL.0743(53)1151 (内線) 556

後援

大和郡山市教育委員会

協賛

スイムピア奈良

軽スポーツ紹介

ラージボール卓球	ラージボール卓球は、文字どおり、サイズの大きい（ラージ）ボールを使うため、一般の卓球よりもボールの速度が遅く、このため比較的長くラリーなどが続くという利点があります。誰でも、気軽に卓球の醍醐味を味わえるスポーツとして愛好者が増えています。
モ ル ッ ク	モルックは、木の棒を投げて、3.5メートル離れたところにある木の棒を倒すゲームです。 投げる木の棒を「モルック」、倒す木の棒を「スキttl」、地面に置いて投げる位置を示す木の道具を「モルッカーリ」と呼びます。 モルックを投げて倒れたスキttlの内容によって得点を加算していきます。とても簡単なルールで老若男女問わず楽しめます。
スローイングビンゴ	5×5のマスを描いた5m四方の的に8m離れたサークルから350gの砂が入った袋「サンド・レット」を投げ、縦・横・斜めのいずれか1列を早く揃える競技です。
カ ロ ー リ ン グ	氷上のスポーツ「カーリング」を屋内で手軽に楽しめるように考案されたフロアカーリングのひとつで、ベアリングホイールの付いたジェットローラを、ポイントゾーンを目標に走行させ、相手チームと交互に投球しぶつけ合いをして得点を競います。
ファミリーバドミントン	バドミントンのコートを使って、「前」1人と「後」2人の3人のプレーヤーが、ラケットでシャトル（羽根つきスポンジボール）を打ち合い、2回以内に相手のコートに返すスポーツです。
ペ タ ン ク	鉄製のボールを投げて、ビュットと呼ばれる目標球に、より近づけることを競い合います。長さ15m×幅5mの細長いスペースと専用のボール3個があればプレーできる手軽なスポーツです。
ボ ッ チ ャ (市人権擁護委員)	的（ジャック）にどれだけ自分たちのボールが近づけられるかを競う競技や、ターゲットマット等を使用してルールをアレンジすることで、レクレーションとしても楽しめるスポーツです。 健常者と障がいを持った方もいっしょに、性別、年齢を問わず楽しむことができます。友達同士や親子での対戦でも、作戦次第では最後に結果が大逆転する面白さをあわせもっています。

◆さんてコーナー

がん検診を受けよう！ キャンペーン（保健センター）	がんクイズ・減塩体験など 100万歩手帳発行 他
ヘルステーション (市薬剤師会)	血管年齢測定・貧血検査：受付13時30分まで