



参加費無料

運動苦手な人、大集合！

★ゲーム感覚で楽しく体を動かそう★

ニュースポーツ体験セミナー・シリーズ2014

なにか運動やスポーツをやりたいが
もっと気軽にいろいろ楽しみたいこんな方、大歓迎です。
オリンピック等でご存知のカーリングに似た体育館で行う「カローリング」や
フライングディスク（＝frisbee）を使っての「ディスクゴルフ」ゲームなど、
誰でも簡単にでき、やればやるほど楽しく面白くなる
ニュースポーツの数々が楽しめるセミナーです。

第4回ニュースポーツ体験セミナー

○会 場：川崎マリエン体育室

○日 時：平成27年1月11日（日曜日）

10:00～16:00

<種目>

**ラダーゲッター、室内ペタンク、シャフルボード、カローリング、
ディスクゴルフ、ディスクゲッター**

※過去に行った6種類の種目をすべて行います。

○対 象：興味、関心のある方ならどなたでも参加いただけます。ミドルエイジの方も大歓迎。自分に適した種目を探しましょう！

○定 員：50名（申し込み順）

○参加費：無料

○持参物：体育館履き用スポーツシューズ／タオル／昼食など

主催：川崎港振興協会／川崎マリエン

川崎マリエン ターゲット系ニュースポーツ 体験セミナー・シリーズ2014 開催日程

○各回、午前・午後で2種目を紹介(4回目は全種目)

	開催日程	午前	午後
1回目	9月27日(土)	ラダーゲッター	室内ペタンク
2回目	10月18日(土)	シャフルボード	カローリング
3回目	11月22日(土)	ディスクゴルフ	ディスクゲッター
4回目	H27年1月11日(日)	ニュースポーツ体験イベント&大会	

○各回のスケジュール

	プログラム
9:30	集合
10:00	オリエンテーション
10:30	実技種目①
12:00	昼食
13:00	実技種目②
14:30	まとめ
16:00	終了

○実施種目の紹介

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(ハシゴ)に向かって投げ、ボールがラダーに引っ掛かるとポイント。

3本のラダーには、1, 2, 3点と表示され、それぞれのラダーに引っ掛かったボールの数で得点を競う。また床にバウンドして、引っ掛かったら5点のポイント。

投げる!



室内ペタンク

サークルから黄色の標的球に向かい、赤と青のチームがボールを投げあい、より標的に近づけることによって得点を競う。投球はアンダーハンドスロー。標的球にボールを当てて動かすこともでき、大逆転の可能性がある。



シャフルボード



シャフルボードは2チームで得点を競うスポーツ。点数の書かれたマットの上でキューを使ってディスクを押し出し、どちらがより高い点数が書かれた場所にディスクを止めることができるか勝負。

滑らす!

カローリング



カーリングからヒントを得て誕生したスポーツ。1チーム3人のプレイヤーが6個のカラフルなジェットローラーをコートの先端にある直径90cmのポイントゾーンに向けて、相手チームのプレイヤーと交互にスローイングして得点を競うゲーム。

ディスクゴルフ

ディスクゴルフとは、ゴルフ競技で使うボールの代わりにフライングディスクを、カップ代わりのゴールに何投で入れるかを競う競技。遠投力、正確度等、投げる総合的技術が集約されている。



飛ばす!

ディスクゲッター

ディスクを使って誰でも手軽に的抜きゲームが手軽に楽しめます。ディスクを変えたり、投げる距離を調節するなど楽しみ方は自由。説明が不要なためイベントでの楽しみ効果は絶大。



申込先

公益社団法人 川崎港振興協会 会館事業課
〒210-0869 川崎市川崎区東扇島38-1
電話:044-287-6009 Fax:044-287-7922
E-mail: hasegawa.masaru@kawasakiport.or.jp

参加申込書

氏名		性別	男	女	年齢	歳
住所	〒 -					
電話番号	-		-		E-mail	

※お預かりした情報を、業務以外に使用することはありません。