

# アタラシイ ジブンも見つける ニュースポーツ ふれあい フェスタ

静岡県民なら  
どなたでも  
**参加無料**  
事前申込制

開催日時 令和5年 **11/23** 木・祝  
【午前の部】10:00～(受付/ 9:30～)  
【午後の部】13:00～(受付/12:30～)

会場 御殿場市体育館 御殿場市茱萸沢670-1

申込締切 令和5年 11月12日(日)  
午前・午後 定員各80名  
※定員になり次第締切

## ニュースポーツとは

ニュースポーツは、子供から高齢者までを対象に「だれもが、いつでも、どこでも、いつまでも、気軽に自由に楽しめる」スポーツとして普及しています。競い合うことよりも「楽しむ」ことが重視され、幅広い年齢層のスポーツライフを豊かにするとして注目されています。

週に1度はスポーツしよう!

体育館シューズをご持参ください。運動のできる服装でご参加ください。

新型コロナウイルス  
感染対策について



こまめな手洗い、  
アルコール等による  
手指消毒を実施して  
ください。



発熱や咳など、  
体調が悪い場合は  
参加の見合わせを  
してください。

# ▶▶ スケジュール

1チーム15名程度で、午前・午後の部で下記各5種目を体験して頂きます。各スポーツ体験は約20分となります。



この大会は、スポーツ振興くじ助成を受けて実施しています



## 午前の部 10:00~12:05



### ●ペットコン

ペットボトルを使用し1チーム2名から6名で床に置いて的に入れて点数を競うゲーム。



### ●手のひら健康バレー

軽量ボールを指でなく、手のひらに当てて、ボールを落とさないように続けるスポーツ。



### ●バウンドテニス

ラケットテニスを原型とし、テニスと同様のルールで、狭い場所で手軽にでき、しかも運動量も十分にあるスポーツ。



### ●スポーツウエルネス吹矢

5~10m離れた円形的的をめかけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツ。



### ●ノルディック・ウォーク

北欧発祥。2本のポールを使って歩く全年齢対象の安全かつ全身運動効果の高いニュースポーツ



## 午後の部 13:00~15:05



### ●ダーツ

持ち点を減点し相手より早く0点にすることを競い、フィニッシュはちょうど0点にするというルール。



### ●モルック

木の棒(モルック)を的(スキットル)に投げ点を競うフィンランド生まれの野外ゲーム。



### ●フーバ

10インチのビニール製ボールでバトミントンコートを使用する4人制バレーボール。



### ●スポレック

プラスチックのラケット、スポンジボールを使用してバトミントンコートで行うテニス。



### ●ミニランポウォーク

ミニランポリン上でウォーキングすることで、効果的な有酸素運動が可能。

※体験種目は都合により変更になる場合もあります。予めご承知ください。

## お申込書

## ニュースポーツふれあいフェスタ in 御殿場

メールでの予約は  
下記QRコードから



フリガナ			参加 予定 人数	大人	名
代表者 氏名				小人	名
住所	〒				
メールアドレス	@				
※ご予約の返答が「info@shizu-rec.com」から届きます。メール受信を許可する設定が必要な場合もあります。メールが受信できるように設定をお願いします。					
電話番号 (緊急連絡先)	( )	FAX	( )		
参加時間をお選びください	午前の部	午後の部	静岡県レクリエーション協会は、提出される参加申し込み書に記載されている個人情報について、下の目的においてのみ使用し、厳正なる管理のもと保管致します。 ●使用目的 ①研修会の連絡 ②当協会の講習会・研修会の案内		

お申し込み 静岡県レクリエーション協会 〒420-0865 静岡市葵区東草深町 20-27 天野一事務所内

☎054-295-6011 FAX 054-295-6015