

♪誰でも一緒に楽しくスポーツしよう!♪ 

さわやかスポーツタイム

in緑スポーツセンター

色々なスポーツ
に挑戦!



事前申し込み不要

参加料: 100円 (傷害保険料込)

ポッチャ、ソフトバレー、モルック、
ラダーゲッターなどが体験できます!

キャプテンわん

© ゆず華・(公財)横浜市スポーツ協会

日時: 令和6年7月17日(水)13:30~14:30

場所: 緑スポーツセンター第2体育室

持ち物: 動きやすい服装、室内履きなど



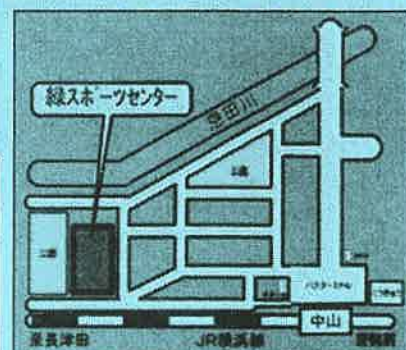
★さわやかスポーツとは? QRコードからチェック! ⇒

★どなたでも歓迎! 遊び方はスタッフが教えてくれます!!



◇アクセス◇

- JR 横浜線「中山駅」下車 徒歩3分
- 横浜市営地下鉄「中山駅」下車 1番出口より 徒歩3分



<問い合わせ先> 緑区さわやかスポーツ普及委員会事務局

TEL:080(4654)5187 FAX:045(640)0024

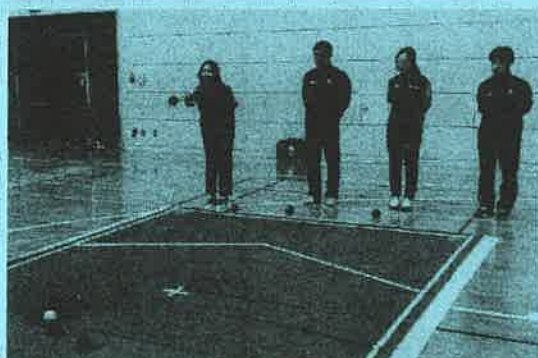
<主催> 緑区さわやかスポーツ普及委員会

<共催> 横浜市にぎわいスポーツ文化局

さわやかスポーツ一覧

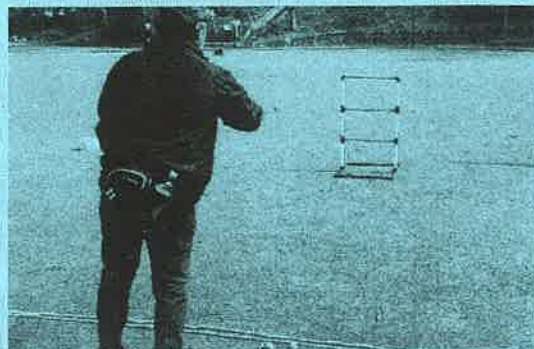
～初めてでもできる！色々な種目に挑戦してみよう！～

ボッチャ



赤と青のボールをお互いに投げ合い、ジャックボールと呼ばれる白いボールにどれだけ近づけられたかを競う競技。シンプルで奥深く、戦略性が高いスポーツとして親しまれている。

ラダーゲッター



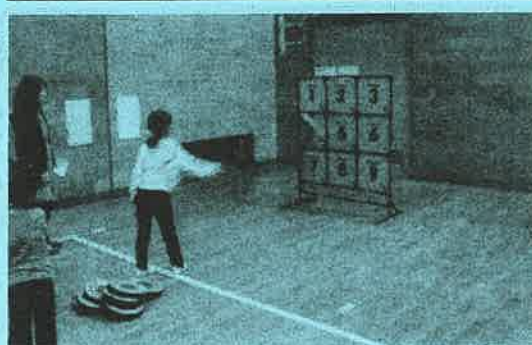
ロープでつながれた2個のゴムまりをラダー(はしご)に向かって投げ、引っかかると得点が入る。先に得点が21点ピッタリになったチームが勝利！

グラウンドゴルフ



鳥取県の小さな村から生まれた、パターゴルフに似たスポーツで、打球音の爽快さは格別！木製のクラブでボールを打ち、何回でホールポストの中に入れることができるかを競う。

ナインゴール



9個の的を射抜くナインゴール。ドッチビーのディスク[やわらかいボールなど]を使って射抜いた的の数を競います。