

参加費
無料
事前申込
不要

初めてでも大丈夫！

スポーツ体験会

インディアカ



ボッチャ



ピククルボール



モルック



今 話題のスポーツ「ピククルボール/インディアカ/モルック/ボッチャ」で、
みんなで楽しく体を動かしませんか？

3月15日 日 **14時～16時20分**

上履き



持参

会場：市民スポーツセンター 第一体育室

ピククルボール って？ ..



バドミントンと同じ広さのコートでラケットを使いプラスチック製のボールを打ち合う競技です。ボールに穴があるので強く打っても失速し簡単に楽しめます。

インディアカ って？ ..



羽根付きの専用ボールを手で打ち合う、バレーボールに似たスポーツです。羽根がボールのスピードを緩和するため、だれでも突き指の心配なく楽しめます。

モルック って？ ..



木の棒（モルック）を投げて、並べた木のピンを倒し、得点を競うフィンランド生まれのスポーツです。シンプルなのに頭脳戦！運動が苦手な方でも、楽しく盛り上げられます。

ボッチャ って？ ..



白い目標球に赤・青のボールをいかに近づけるかを競います。パラリンピックの正式種目であり、障害の有無や年齢に関わらず誰もが楽しめます。

