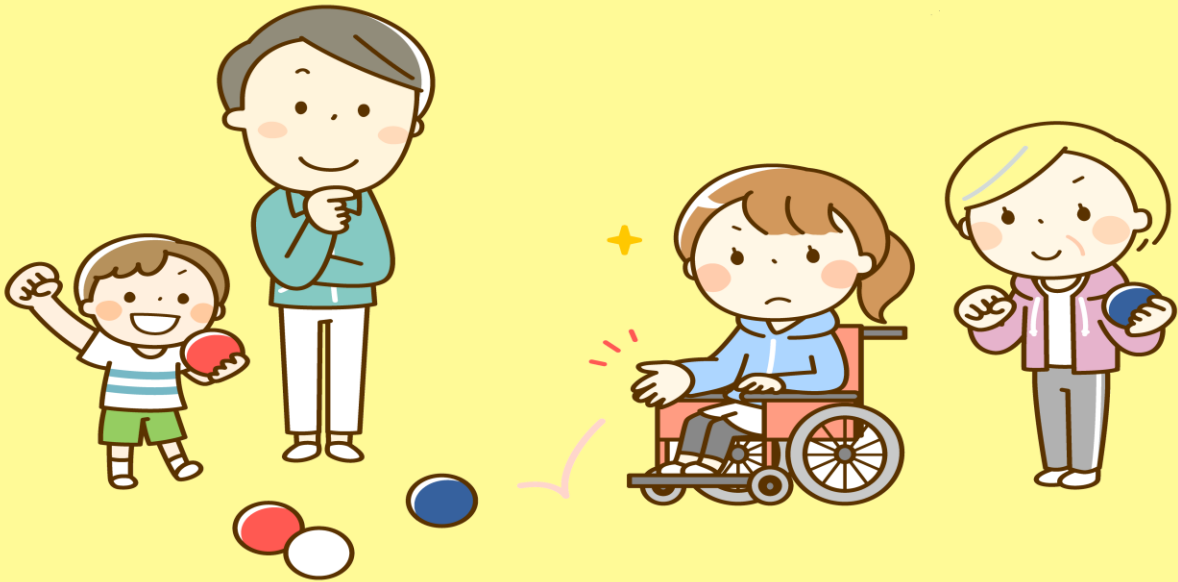


みんなでポッチャを 楽しもう

ポッチャは誰もが一緒にできるスポーツです



ポッチャとはなんでしょう。

ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず、すべての人が一緒に競い合えるスポーツであり、パラリンピックの公式種目に選ばれています。

日時 令和6年2月12日(月・祝) 10時から12
時場所 阿佐谷地域区民センター 2階 1、2、3集
会室 (杉並区阿佐谷北1-1-1)
対象 小学生以上、障がいのある方もない方も、どなたでも参加できます。
(介助が必要な方は介助者同伴の上、ご参加をお願いします。)
講師 すぎポッチャクラブ
定員 20名 参加費無料
持物 飲み物、汗拭きタオル、運動用上履き、動きやすい服装。

申し込み 1月24日(水)必着
往復はがき(一人一枚)に「みんなでポッチャを楽しもう」と
明記し、住所、氏名、年齢、電話番号を記入して、
〒166-0001 杉並区阿佐谷北1-1-1
阿佐谷地域区民センター協議会
へご応募下さい。
または当協議会ホームページからお申込み下さい。
(右のQRコードをご利用下さい。)
応募多数の場合は抽選とします。
長寿応援対象事業