


# ふれあい スポ・レクまつり

全ての会場で  
上履きが必要です

アリーナ	半面 A	<p>開会式 準備体操</p> <p>9時 ～9時30分</p>	<p>&lt;ピックルボール&gt;</p> <p>パドル(ラケット)でプラスチック製のボールを打ち合います レクチャーを受けたその日からゲームが出来る 老若男女問わず楽しめるスポーツです</p> <p>9時45分～10時45分</p>	<p>&lt;モルック&gt;</p> <p>フィンランドから来たみんな で気楽に楽しめるスポーツ</p> <p>&lt;ペガーボール&gt;</p> <p>マジックテープの的を付けて逃げる標的にやわらかいボールをつける鬼ごっこのようなスポーツゲーム</p> <p>11時～11時45分</p>	<p>&lt;スポーツチャンバラ&gt;</p> <p>その名の通りチャンバラです でもしっかりとしたスポーツとして体験できます</p> <p>12時～13時</p>	<p>&lt;ミニテニス&gt;</p> <p>ミニとは言え楽しさは変わりません テニスの経験にかかわらずどなたでも楽しめます</p> <p>13時30分～14時30分</p>	閉会
	半面 B		<p>&lt;ウォーキングフットボール&gt;</p> <p>走らないサッカー パス回しや位置取りなどを楽しめるサッカー競技です</p> <p>9時45分～10時45分</p>	<p>&lt;ダーツ&gt;</p>  <p>スポンジダーツから本格的なダーツまで 色々なダーツの体験会 お子様から経験者までどなたでもどうぞ</p> <p>11時～11時45分</p>	<p>&lt;インディアカ&gt;</p> <p>インディアカ愛好者の交流と親睦体験教室で インディアカを知ろう!</p> <p>12時～13時30分</p>	<p>&lt;ソフトバレーボール&gt;</p> <p>子供から大人まで対象です 初心者教室とミニ大会</p> <p>13時30分～14時30分</p>	
小体育室			<p>&lt;サウンドテーブルテニス&gt; &lt;卓球バレー&gt;</p> <p>9時45分～11時15分</p>	<p>&lt;ポッチャ・フライングディスクのミニ体験&gt;</p> <p>11時30分～12時30分</p>	<p>&lt;ユニカール&gt;</p> <p>初心者の体験会&amp;親睦ゲーム大会を楽しみましょう!</p> <p>13時～14時30分</p>		

内容は変更になる場合があります

当日荻窪体育館へ!!自由に**無料**で参加できます