

ユニバーサルスポーツを楽しもう!!

内容 「カーレット」「ボッチャ」「モルック」など、年齢や性別、障害の有無に関係なく誰でも参加できるユニバーサルスポーツを、皆で楽しみましょう!

開催日時

毎月第3木曜日の10～12時

- | | | | |
|-------------|-----------|-------------|-------------|
| ① 4 / 1 7 | ② 5 / 1 5 | ③ 6 / 1 9 | ④ 7 / 1 7 |
| ⑤ 8 / 2 1 | ⑥ 9 / 1 8 | ⑦ 1 0 / 1 6 | ⑧ 1 1 / 2 0 |
| ⑨ 1 2 / 1 8 | ⑩ 1 / 1 5 | ⑪ 2 / 1 9 | ⑫ 3 / 1 9 |

対象

お住まいや年齢・障害の有無に関係なく **どなたでも参加できます**。
サークル活動の前後に「ちょっとだけ参加」でも
お散歩ついでに「寄ってみるだけ」でもどうぞ!
★お子さん連れも大歓迎です

場所

富士見集会所 1階 第一集会室

申込: **不要**

費用: **無料**

【カーレット】 卓上カーリングとも呼ばれ、ルールもカーリングとほとんど同じです。カーリングが手軽に行えるように考案されたスポーツなので、子供から高齢者まで障害のあるなしに関わらず誰もが楽しめます。



【ボッチャ】 ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のボールを投げたり転がしたりして、いかに近づけるかを競います。すべての球を投げ終えた時点でジャックボールに自ボールを最も近づけた選手（チーム）が勝ちです。

【モルック】 木の棒（モルック）を投げて木のピン（スキットル）を倒して得点を競う競技です。ピン（スキットル）を立てたり拾ったりする動作は筋肉を使い、投げるときは集中力を使い、点数計算は脳を使うので健康にもよい。