

# ニュースポーツ

ニュースポーツとは??

勝敗にこだわらずレクリエーションの一環として気軽に楽しむことを主としたスポーツです！シニアの皆さん健康維持にもなります。

年齢・体力・運動技術など関係なく楽しめるのがポイントです。またニュースポーツは数十種類もの種目があり、様々なスポーツを楽しめます。一緒に身体を動かして健康に過ごしましょう！

## ◆ 開催予定 ◆

【2022年】 4/14(木)・5/25(水)・6/16(木)  
7/21(木)・8月休み・9/15(木)  
10/6(木)・11/17(木)・12/15(木)  
【2023年】 1/19(木)・2/16(木)・3/16(木)

時 間：14:00～15:30

場 所：東京YMCA東陽町センター  
1階 YMCA ホール

参加費：無料

定 員：15名（定員になり次第締め切り）

申 込：☎03-3615-5565

（終了後、翌平日から10:00～17:00）

## 例えばこんなこと



### ペタンク

東京パラリンピックの競技にあった「ボッチャ」の方が有名ですが、ペタンクもボッチャもルールは基本同じです。「的球に近い方が勝ち」というシンプルなもの。



### カローリング

氷上で行うカーリングを室内で手軽にできるように考えられたスポーツです。ジェットローラを、コートにあるポイントゾーンに向けて投げ、得点を競うゲームです。

