

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！シニアの皆さんの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！

次回の申込みは、開催日の翌日からお電話で承っております。

4/13(木)の申込みは、3/17(金)の10時からとなります。

◆ 年間開催予定 ◆

【2023年】 4/13(木)・5/18(木)・6/15(木)
7/20(木)・8月休み・9/21(木)
10/19(木)・11/16(木)・12/21(木)
【2024年】 1/18(木)・2/15(木)・3/21(木)

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。



フロアカーリング

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。



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：10～16名（定員になり次第締切）

申込：☎03-3615-5565

（終了後、翌平日から10:00～17:00）