

「大人のための ニュースポーツ体験」



主催 阿久比町教育委員会

主管 阿久比町スポーツ推進委員会

スポーツを生活の中に取り入れてみたいけれど、なかなかきっかけを作れずにお悩みの方も多くいらっしゃるかと思います。「大人のためのニュースポーツ体験」では、そんな皆様の背中を押して、簡単なスポーツの世界へとお誘いします。スポーツ推進委員がルールや楽しみ方をわかりやすく説明しますので、お気軽にご参加ください。

【日 時】 平成29年5月14日（日） 午前10時～正午

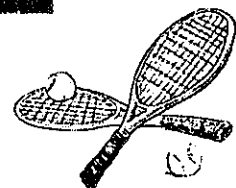
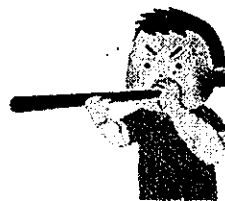
【会 場】 英比小学校体育館

【内 容】 ミニテニス、吹き矢の体験

【参加費】 無 料

【対 象】 大 人
※事前の申し込みは不要です。

【その他】 ・運動のできる服装、体育館シューズをご持参ください。
・用具は貸し出します。



※「ミニテニス」※

知多半島内ではもちろん、阿久比町内でもたいへん人気のあるニュースポーツです。テニスに比べ、ラケットが軽く、コートも比較的小さいため、老若男女、初心者問わずすぐにゲームを楽しめるのが特徴です。

※「吹き矢」※

先端に吸盤のついた矢【健康安全吹き矢】や先のとがった矢【スポーツ吹き矢】を、遠くの的目掛けて筒から吹き出します。集中力の向上、腹式呼吸による心肺機能の向上などさまざまな効果があります。道具は安全なつくりとなっており、大きな動作も必要としないので、どなたでも気軽に楽しめます。

【お問い合わせ】 阿久比町教育委員会社会教育課

Tel 48-1111（内線 1228・1229）

新体力テスト(文部科学省)で、健康チェックと体力診断をしてみませんか。

体力テストに参加しましょう(ご案内)

■主催 阿久比町総合型地域スポーツクラブ「アクティブあぐい」
阿久比町教育委員会

1 日 時:平成29年5月13日(土)
13:30~15:30

受付最終 15:00

2 場 所:英比小学校体育館、運動場



3 対 象:阿久比町在住で
20歳から79歳までの方

4 内 容:誰でもできる簡単な測定です。
(握力、前屈、片足立ち、立ち幅跳びなどを行います。)

5 参加費:無料

6 用意する物:運動靴、体育館シューズ、タオル、飲み物

7 その他

○体力測定は、60分程度で終わります。

○結果は、後日送付致します。

(65歳以上の方はその場で、簡易測定結果をお渡しします。)

○先着30名様に粗品を進呈します。

<問い合わせ先>

阿久比町総合型地域スポーツクラブ「アクティブあぐい」

TEL: 090-6617-9101(担当 竹内)