

## ①楽しく学ぼう

### シッティングバレーボール講習会

パラスポーツ種目で座ったままで行うバレーボールです。ルールを学んで一緒にプレイしましょう。

初心者大歓迎！

【時間】10:00～12:00

【対象】小学生以上 【参加費】無料

【申込】施設窓口・お電話で

9/8(日)～9/23(月)

### シッティングバレーボールとは…

おしりを床につけたままボールを落とさないよう手や腕でボールを打ち合うパラスポーツ競技です！

初めての方でも大丈夫！

家族・友達で楽しく汗を流しましょう



## ②シッティングバレーボール大会

1位 2位 3位には  
景品も！

【時間】13:00～

【対象】小学生以上（家族・友達での参加大歓迎）

【参加費】1人500円（複数での参加場合は人数分徴収します）

【申込】施設窓口・お電話で 9/8(日)～9/23(月)

【内容】

●各グループに分かれて予選を行った後、成績上位者で決勝戦を行います。

●個人参加者は大会主催者側でチームを作り試合に参加します。

【試合形式】

●おしりを床につけたままボールを落とさないよう、手や腕でボールを打ち合います。

●15ポイント(1セット)を先に取った方が勝利となります。

※ルール等は変更する可能性があります。ご了承ください。



すまぼうも来るよ！

じゃんけん大会（景品有）

①11:10頃 ②14:40頃

第2回

# スポーツの日 イベント

# 10.14

月祝



(c)2014 神戸市 24-018

## ③ボッチャ体験会

【時間】9:15～11:00

(最終受付 10:30)

【対象】どなたでも

【参加費】無料

【申込】不要！

当日時間内にお越しください

お菓子  
プレゼント！



## ④フレイル

【時間】12:20～13:00

【対象】60歳以上

※対象外でも気になる方はお問い合わせください。

【定員】20名

【参加費】無料

【申込】お電話または施設窓口で



## ⑤親子トランポリン

【時間】13:30～14:30

【対象】満3歳～小学3年生と

その保護者

【定員】20組

【参加費】無料

【申込】お電話または施設窓口で



館内にあるクイズに  
答えてガチャガチャを  
回そう！



## ⑥ちゃんばら体験会

【時間】15:00～16:00

【対象】満4歳～一般

【定員】20名

【参加費】無料

【申込】お電話または施設窓口で



## ⑦ピラティス

【時間】16:30～17:30

【対象】中学生以上

【定員】20名

【参加費】無料

【申込】お電話または施設窓口で



③は申込不要。

④⑤⑥⑦は先着順。定員に達した時点で申込終了となります。ご了承ください。

当日は広報目的で風景写真を撮影します。撮影した写真はポスターやSNS・HPで使用します。使用の制限がある方は必ず申し出てください。

【主催】神戸市立須磨体育館  
指定管理者 S&N スポーツマネジメント神戸  
代表企画 シンコースポーツ兵庫株式会社

【協力】神戸市スポーツ推進委員須磨区連絡会の皆様  
ひょうごシッティングバレーボール連盟の皆様  
特定非営利活動法人スポーツ教育支援優志クラブの皆様

〒654-0035 神戸市須磨区中島町 1-2-2 ☎078-734-5588 FAX078-734-5512

メール info@suma-gym.jp

神戸市立 須磨体育館