

フライングディスク教室

フライングディスクってなに？

フリスビーのことです。プラスチックのディスク(円盤)を投げて遊ぶ子供から高齢者の方まで幅広く楽しめるスポーツです!

どんなことするの？

♪ディスクを持ってみよう! 握り方、投げ方、取り方、まっすぐ投げるには?

♪ディスクで遊ぼう! ドッジビーやアルティメット競技など・・・

日時：**5月6日(水)** 11:10~12:40

場所：**妙正寺体育館 大体育室**

内容：フライングディスクの握り方・投げ方、簡易版の競技を楽しみます
簡単な動きなので、子供や高齢者、障害者の方などにもオススメです。

定員：30名

対象：小学生以上 ※障がいをお持ちの方も楽しめます。

料金：210円

持物：室内履き、運動に適した服装、汗拭きタオル、飲み物

申込：妙正寺体育館受付または電話にて

定員に達しない場合、4月8日(水)以降区外の方の申込みが可能となります

その他：ご不明な点は担当/潘までお問い合わせください。

TEL 03-3399-4224

妙正寺体育館指定管理者
TAC・FC 東京・MELTEC 共同事業体