

# 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？



♪ディスクを体感しよう！ 握り方、投げ方、取り方、真っ直ぐ投げるには？

♪ディスクで遊ぼう！ ドッジビーやディスクゲッター、アルティメットなど

**日 時： 2月14日(日) 13:10~14:40**

**場 所：上井草スポーツセンター B1F 体育館**

**内 容：フライングディスクの握り方、投げ方、競技を楽しみます**

簡単な動きなので、子供や高齢者、障がいをお持ちの方などにもオススメです！

**定 員：20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、タオル、飲み物、マスク**

**申 込：上井草スポーツセンター受付または電話にて**

定員に達しない場合、2月8日(土)以降区外の方の申込が可能となります

**その他：体調が優れない場合の参加はお控え下さい。**

教室開催前後の密・長時間の会話はご遠慮下さい。

ご不明な点は担当/村上までお問い合わせ下さい。

TEL 03-3390-5707

上井草スポーツセンター指定管理者  
TAC・FC東京・MELTEC 共同事業体