

# 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)を投げて遊び、子供から高齢者の方まで幅広く楽しめるスポーツです!!

## どんなことをするの？

★ディスクを使ってみよう★

握り方・投げ方・取り方・まっすぐ投げるには？

★遠くに投げてみよう★

体育館全面を使ってどこまで投げられるかチャレンジ!!



日時：3月6日(土) 11:20~12:40

場所：体育館

定員：30名(先着順)

対象：4歳以上

※小学生未満の方は保護者とのご参加をお願いします

※障がいのある方も楽しめます

料金：1人 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、マスク

申込：2月20日(日)から電話申込

その他：社会の動向や新型コロナウイルス感染動向に応じて急遽休講となる場合があります

日本フィットネス産業協会の「新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドライン」に基づいて実施していきます

ご不明な点は施設までお問い合わせください

妙正寺体育館:TAC・FC東京・MELTEC共同事業体

TEL:03-3399-4224

URL:<http://www.suginami-ttm.com>