## 日曜定例スポーツ体験会

令和6年3月3日(日)9:15~11:45

誰でも参加費 100 円で、お気軽に、お得に 日曜スポーツが体験できます!この機会にぜひ、 ホワイエの「日スポ」全種目をお楽しみ下さい。

■内容:卓球、ボッチャ、ソフトバレーボール



■場所:上石神井体育館 地下 1 階アリーナにて

■受付:当日申込み、会場前に直接お越し下さい。



■持ち物:うわばき (スリッパ不可)、参加費 100円

動きやすい服装でご参加下さい(通常大人500円・中学生200円・小100円)

<u>ソフトバレーボール</u> バレーボールよりも 柔らかいボールです。 未経験、初めての方も 毎週ぐんぐん上達! 日曜朝には、親子ご家族 一緒に汗を流しましょう



## 叛卓

初心者もベテランさんも 和気あいあいとラリーが続き ます。レベルに合わせて楽し く対戦。コーチから、ミニア ドバイスも!9月には親睦大 会へ出場しましょう!



## ボッチャ

的の白い球に近づくよう 赤と青の球を交替で投げた り転がしたりします。 カーリングのように最後に 大逆転ありでドキドキ



※ホワイエ会員の方は、会員証の提示で、通常どおり無料で全種目ご参加できますが、当日は体験会に来た初めての方が優先になります。この機会に新しいお友達をお誘い下さい♪ 当日の状況によって、途中交替などをお願いしますが、予めご承知おきのうえご協力お願い致します。

主 催:NPO 法人スポーツクラブホワイエ上石神井

問合せ: 03-3929-8100 (受付: 月水金 各10時~15時)