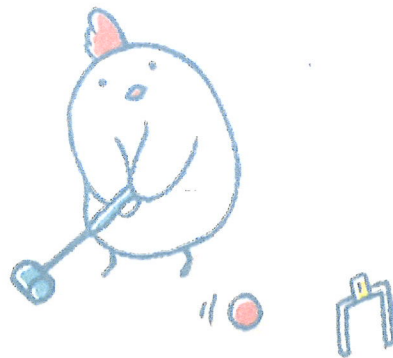


ゲートボール入門講座 受講生募集中

ゲートボールは軽い運動量のレクリエーション的なスポーツです。子どもから高齢者まで同一フィールドで楽しむことができます。イメージよりもはるかに楽しいスポーツです。ぜひ、経験してみてください。

- **だれにでも適したスポーツです。**力はあまり必要としません。静止しているボールをスティックでまっすぐ軽く打撃する感覚です。
- **楽しくできます。**2手先、3手先のボール配置を考えながら、みんなで和気あいあいと進行の仕方を考えますので、思考力を鍛えることができます。
- **健康維持に役立ちます。**青空の下でゲームを楽しむので、有酸素運動、最適な心拍数、リズム感覚・平衡感覚の向上など、健康の増進に役立ちます。
- **必要な用具は柏市ゲートボール協会が準備します。運動のできる服装**でおいで下さい。



主催 柏市ゲートボール協会
会場 さわやかちば県民プラザ 運動広場
期日 11月3日、11月10日、11月17日、11月24日の各木曜日（4日間）
時間 午前9時～12時
募集 20人（受講料は無料です。車でお越しの方は申し出ていただければ、駐車料は柏市ゲートボール協会が負担します。）

締切り 10月18日（金）

お問い合わせ先（受付時間午前9時～12時）

柏市ゲートボール協会

代表 ☎090-6029-4898

（塚原 邦子）

☎090-4721-8447

（堀 知代子）

☎090-6020-6750

（猪狩 昌子）

毎週（金）高井小学校隣り午前9時～12時迄練習しています。