

「ニュースポーツ」体験

いつでも、どこでも、誰とでも 継続して楽しもう！

ニュースポーツとは、一般に、勝敗にこだわらずレクリエーションの一環として気軽に楽しむことを主眼とした身体運動です。

子どもから高齢者までを対象に「いつでも、どこでも、誰とでも」気軽に楽しめます。最近運動不足、軽い運動を続けたい方は、ぜひ一度体験してください。

◆日時：11月28日（土） 13：00～16：00 **雨天中止**

◆場所：I B A L A B @ 広場（下）、（市民会館跡地横）

◆講師：茨木市生涯スポーツディレクター協議会

（種目）

- ①ポッチャ
- ②ラダーゲッター
- ③公式ワナゲ
- ④バッグ



ラダーゲッター

両端にボールがついたヒモをラダー（はしご）に向かって投げ、上手に引っ掛けるスポーツ



ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当たったりして、いかに近づけるかを競います

ポッチャ



＜お問合せ先＞

茨木市市民活動センター

〒567-0888

茨木市駅前四丁目6-16（クリエイティブセンター内）

☎ 072-623-8820

開所時間／9：30～18：00

休所日／月曜日・祝日



WEB アドレス