

陽光台公民館だより

回覧

ファミリーバドミントン楽しむ会



ファミリーバドミントンを地域の皆さんと一緒に楽しんでみませんか？

たくさんの仲間と世代を超えて、楽しく体を動かそう！

ファミリーバドミントンとは。

バドミントンのルールや用具をアレンジして考案されたニュースポーツです。ラケットはバドミントン用よりシャフトが短く、スポンジボールに羽根がついているので、スピードが抑えられ初めての人でもラリーが続きます。

開催日：**10月13日(日) 10月20日(日)**
11月24日(日)

(10月27日、11月10日は開催しません)

時間：午後1時～3時

場所：陽光台小学校体育館

対象：陽光台地区にお住まいの方

申込み：事前申し込みは必要ありません。

直接、陽光台小学校にお越しください。

持ち物：室内用運動靴、汗拭きタオル、飲み物

主催：陽光台公民館体育部

問合せ：陽光台公民館

TEL042-755-3451



*参加費は無料です！