

# 調布市障害者スポーツ体験会

〈日時〉平成31年3月9日（土）午前11時～午後3時30分

〈場所〉多摩障害者スポーツセンター（味の素スタジアム内）

〈共催〉公益社団法人 東京都障害者スポーツ協会

〈参加費〉無料

〈持ち物〉体育館履き

〈参加方法〉事前申し込み不要です！



パラリンピアン  
からも教えて  
もらえるよ！



## 〈タイムスケジュール〉

時間	体育室		集会室	
11:00～	開会式			
11:30～ 13:00	ゴールボール		ポッチャ	フライング ディスク
	休憩		HIPHOP (13:00～14:00)	
13:30～ 15:30	車いす バスケットボール (半面)	風船バレー (半面)	ポッチャ	

東京 2020 パラリンピック競技大会の種目である車いすバスケットボールやポッチャ、ゴールボールなどのスポーツの体験ができます。専門の講師に教えてもらえる貴重な機会です！初めての人も楽しめる体験会ですので、皆さんでぜひご来場ください！

### 〈競技説明〉

- ゴールボール：3対3のチーム戦でアイシェード（目隠し）をして鈴の入ったボールを音を頼りに相手側のゴールに入れる競技です。
- 車いすバスケットボール：車いすに乗って行うバスケットボール。移動やパス、シュートを全て手で行うパワフルなスポーツです。
- 風船バレー：風船を使った小さなお子さんから大人まで誰でもできるバレーボールです。
- ポッチャ：「地上のカーリング」とも呼ばれる、ボールを投げてより中心に近く落としたり、相手のボールを弾くなどして競う戦略性の高い種目です。
- HIPHOP：音楽・ダンスをみんなで楽しむことができます。
- フライングディスク：フリスビーを投げて目標となる円を通す競技です。



※詳しい説明は当日体験前に行います。

☆お問い合わせ先：調布市スポーツ振興課☆

☎042-481-7496