

みんなたので楽しくからだ体を動かうごそう！

# スポーツDAY

## シッティングバレーボール

### シッティングバレーボールとは

ゆか でんぶ 床に臀部(おしり)の いちぶ 一部分が触れた じょうたい 状態でプレーするバレーボール。

きほん 基本のルールは つうじょう 通常のバレーボールと か 変わらないですが、ネットの たか 高さを ひく 低くし、せま 狭いコートで行います。



○日時 にちじ 2月11日が(火・祝) ごご 午後13:30~15:00

○場所 にしのみやしそうごうふくし 西宮市総合福祉センター1階 かい 体育室 たいいくしつ

【参加方法】 さんかほうほう 体育室に たいいくしつ 直接 ちやくせつしゅうごう 集合。当日、とうじつ 名簿に めいぼ 名前を なまえ ご記入 きにゆう ください。

【対象】 たいしやう 障害のある人 しょうがい とその ひと ご家族 かぞく ・ かいごしや 介護者、しょうがい 障害のない人 ひと

【定員】 ていいん 30名 めい (先着順) せんちゃくじゆん

【持ち物】 もちもの 動きやすい うご 服装 ふくそう ・ しつないよううんどうぐつ 室内用運動靴

どなたでも  
参加OK！

【問い合わせ】 とあ 西宮市総合福祉センター にしのみやしそうごうふくし 総合福祉センター事業課 そうごうふくし 障害者スポーツ事業係 じぎょうか しょうがいしや じぎょうがかり

〒662-0913 にしのみやしそめどのちやう 西宮市染殿町8-17

TEL (0798) 33-5501 FAX (0798) 35-1132