

# スポーツキャンプ NEWS

1

4つのスポーツが体験できます。

## ① バドミントン

簡単そうで、<sup>むずか</sup>難しいバドミントン！

コツを教えてもらいながら、みんなでゲームを楽しもう。



## ② 陸上

運動会での活やく間違いなし！？走り方の基本を学ぼう。

## ③ レスリング

体をやわらかくしながら、レスリング体験。はじめての人でも大丈夫！

## ④ ゴールボール

ボールの音を聞いて仲間と協力。

なかなかできないパラリンピック種目に、挑戦！

2

たくさん体を動かした後は、おいしい食事

一緒に汗を流した仲間と、楽しくエネルギーを<sup>ほじゅう</sup>補充しよう。

サラダにお肉、パスタなど自分で栄養のバランスを考えながら、バイキング形式で食事をとろう。

しっかりご飯を食べたら、お楽しみのデザートもあるよ。



参加の申し込みお待ちしております。

<問い合わせ>



福岡県立英彦山青年の家

〒824-0721

福岡県田川郡添田町大字英彦山32-18

TEL: 0947-85-0101 FAX: 0947-85-0103

担当: 伊藤・中野