

葛飾区で普及推進してる、レクリエーションボッチャを週一回実施します。

## 東京2020パラリンピック競技大会正式種目

# 「ボッチャ」を体験してみませんか？

ボッチャとは重度脳性まひ障がい者スポーツでパラリンピック正式種目になります。ルールは簡単で的になるボール(ジャックボール)に近づけて、点数を争うゲームです。

- ★ 対象 : 障がいあるなし関係なく、**どなたでも参加できます**
- ★ 会場 : 水元総合スポーツセンター・地域交流ホール
- ★ 時間 : 午後4時30分～午後6時30分
- ★ 事前申し込み無し当日受付
- ★ **参加費無料**
- ★ **全38回 月曜日**



4月	16日	23日					10月	1日	15日	22日	29日
5月	7日	14日	21日	28日			11月	5日	12日	19日	26日
6月	4日	11日	18日	25日			12月	3日	10日	17日	
7月	2日	9日	23日	30日		31年	1月	21日	28日		
8月	6日	20日	27日				2月	4日	18日	25日	
9月	3日	10日					3月	4日	11日	25日	

※ 運動のしやすい服装でお願いします。  
水分補給の飲料水をご持参ください。

### ★申込み・問い合わせ★

〒125-0032 葛飾区水元1-23-1 水元総合スポーツセンター体育館1F  
 一般社団法人 **オール水元スポーツクラブ**  
 TEL 03-5876-9188 ・ FAX 03-5876-9189  
<http://all-mizumoto-sc.jp/>  
 クラブハウス開設日時：月曜日～土曜日 午前10:00～午後5:00