

スポレック教室 (全2回)

川口市では市民の皆様の健康増進、地域交流などを目的に、手軽に楽しくできるニュースポーツのご紹介および普及に努めています。

今回は、テニス形式で楽しめる「スポレック」の教室を開催します。

テニスのような競技ですが、ルールは簡単、道具もテニスより扱いやすく、年齢、性別を問わないスポーツともいえます。

お友達、家族でも楽しむことができますと思います。まずは気軽に楽しく体験してみませんか？

みんなで楽しく、川口の
ニュースポーツ体験！
これで運動不足も解消！？
ご参加お待ちしております！

川口市マスコット
「きゅぼらん」



日 程	テーマ	内 容
2月15日（土）	・ルールを知ろう！ ・打球感覚をつかもう！	・準備運動・簡単なルール説明 ・道具を使って個人練習（打感をつかむ）
2月22日（土）	・長く打てるようになろう！ ・ゲームで楽しもう！	・ラリー形式でボールコントロールの練習 ・参加のみなさんとゲーム形式で対戦

🎾 時間・場所 午前10時から12時、西公民館 体育ホール（受付開始 午前9時45分から）

🎾 対 象 小学生から成人男女（市内在住、在勤、在学のかた）

🎾 定 員 先着 18組（1組3名様まで参加できます）
※一組に必ず大人のかたのご参加をお願いします！

🎾 講師・後援 川口市西地区スポーツ推進委員協議会の皆さん

🎾 参 加 費 無料

🎾 お 申 込 み 令和7年1月11日（土）午前9時30分から2月8日（土）午後5時まで
西公民館窓口またはお電話でお申込みください。

申込受付時間：開館日の午前9時30分から午後5時まで

🎾 持 ち 物 運動のできる服装、室内履き、タオル、飲み物
（天候によっては防寒着等もご用意ください）
※インフルエンザ等の感染拡大防止のため公民館が
使用できなくなった場合、中止となることもあります。

🎾 お問い合わせ 川口市立西公民館 048-251-3600



----- 切 り 取 り -----

令和6年度 西公民館地区青少年育成協議会主催「ふれあいスポレック教室」参加申込書

【参加者お名前】

令和 年 月 日

フリガナ	一人目	二人目	三人目
氏名・年齢			
電 話	①	②	
住 所	〒 川口市		

※本申込書に記入された個人情報につきましては、本講座以外の目的には使用いたしません。