

スポーツの日イベント

～スポーツの日はみんなが楽しむ日～

開催日：10月9日（月・祝）

ボッチャ体験会

時間：10:00～12:00
（最終受付 11:40）

対象：どなたでも

申込：当日受付

参加費：無料

景品
プレゼント！
家族や友達と一緒に
ご参加ください

ボッチャとは
ジャックボールと呼ばれる白いボール
に、赤・青のそれぞれ 6 球ずつのボール
を投げたり、転がしたりして、いかに
近づけるかを競います。

卓球講習会

時間：9:30～11:00

（受付 9:00～）

対象：小学4年生～大人まで

申込期間：9/1～9/16（先着受付）

申込方法：施設窓口またはお電話で

定員：30名

参加費：無料

持ち物：運動できる服装・ラケット

基礎知識・ルール・技術を学び
楽しく卓球が行えるよう取り組みます！

姿勢改善エクササイズ & ストレッチ

時間：13:30～14:30

対象：16歳以上

定員：20名

申込期間：9/1～9/16（先着受付）

申込方法：施設窓口またはお電話で

参加費：無料

持ち物：動きやすい服装、

室内シューズ、

飲み物、タオル

猫背、反り腰など悩んでいる方必見！！
意識が変わり、今後の運動にも生かされます♪

須磨体育館杯 卓球ダブルス大会

日頃、施設を利用されている方もしくは、今後施設の利用を考えている方を対象とし、お互いの交流や親睦を深めることを目的に、日頃の練習の成果を発揮する場として、「第1回須磨体育館杯卓球ダブルス大会」を開催します！

時間：開始 12:00～ 受付 11:30～

参加費：1組 1,000 円 ※当日お支払い（現金のみ）

資格：16歳以上のペア

（相互審判のため、審判が出来る方）

定員：最大 25 チーム

申込期間：9/1～9/16（先着受付）

申込方法：施設窓口またはお電話で

内容：○参加者全員に参加賞プレゼントがあります。

○5 グループに分かれて総当たり戦の予選リーグを行った後、
予選リーグ上位2組で決勝トーナメントを実施します。

○成績上位者には賞品を贈呈します。

試合形式：○日本卓球協会 競技規則による。

○予選リーグ、及び決勝トーナメントは 11 点 3 セットマッチで
勝敗を決定します。

○勝利数が多い成績上位2チームが決勝トーナメントに進出で
きます。

○同率の場合は、得失点差で順位を決定します。

○審判は相互審判です。

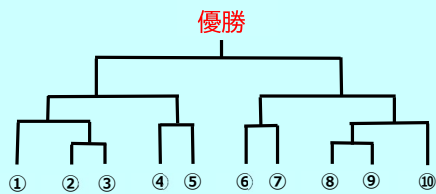
○組み合わせは主催者で決定します。

お願い：親睦が目的なので、相手を侮辱したり挑発したりする行為は
絶対にしないでください。

試合方式

A グループ
最大
4 試合

B グループ
最大
4 試合



上位2組が決勝Tへ