

フライングディスク広場のごあんない

性別や障害種別関係なく、様々な方が楽しく簡単に始められるスポーツです
仲間と一緒にフライングディスクを楽しみませんか？

- ❁ 友だち・家族・介助の方との自主利用のステップアップの場として
- ❁ スタッフが投げ方など教えます！

内容

「アキュラシー」「ディスタンス」など色々なフライングディスクの種目をします

対象

障害のある方とその介助者

日程

4月1日、5月6日、6月3日、9月2日、11月4日、12月2日

1月6日、2月3日、3月2日 ※7月、8月、10月は開催しません

※雨天時などグラウンドコンディション不良の場合は中止になることがあります

当日、午前10時頃に実施態度を決定します

判断に迷う場合は、お問い合わせください

場所

横浜ラポール グラウンド

参加費

無料

持ち物



・運動しやすい服、靴

・タオル

・飲み物

・着替え

・アームバンド

申込方法

総合受付の隣にあるラック内に設置している申込用紙を記入し、総合受付に提出してください（郵送も可能です）

※当日参加もできます

参加の流れ

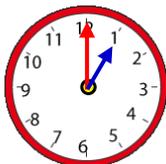
入館
手続き

- ・総合受付で利用者カードを提示してください
- ・「グラウンドを利用する」とお伝えいただきアームバンドを受け取ってください
- ※介護人の方も同様に介護人カードを提示しアームバンドを受け取ってください

着替え

- ・更衣室で運動しやすい服装、靴に着替えてください

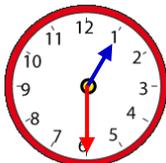
13:00~



受付

- ・グラウンドのクラブハウス前でアームバンドの番号と名前を記入してください

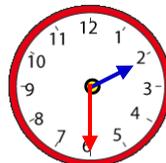
13:30~



利用

- ・色々なフライングディスクの種目を体験します
- ・適宜、水分補給・休憩を取りながら参加してください

14:30~



終了

- ・総合受付にアームバンドを返却してから退館してください

お問い合わせ

〒222-0035 横浜市港北区鳥山町 1752 障害者スポーツ文化センター
横浜ラポール フライングディスク広場担当

TEL 045-475-2050 / FAX 045-475-2053