

軽スポーツ・



ウォーキング教室

(公財)山形市スポーツ協会
山形市レクリエーション協会

生涯スポーツ推進事業（山形市スポーツ協会主催事業）（山形市レクリエーション協会共催）

生涯に渡ってスポーツに親しむ事や健康維持増進を目的とした教室を開催しています。



山形市スポーツ協会

で検索

- 期 日 令和4年9月7日(水)
14日(水)
21日(水)
28日(水)

- 時 間 9:30~11:00

- 場 所 山形市球技場

- 講 師 山形市レクリエーション指導者会 第三地区体育振興会

- 対 象 一般男女 20名 (定員を超えた場合は抽選)

- 参加料 1回 500円(傷害保険料含) 実施当日にご持参ください

- ※ 持ち物 運動できる服装、タオル、飲料、マスク(着用してご来場下さい)

内容(予定)

- ① モルック・ラダーゲッター
- ② ボッチャ・グラウンドゴルフ
- ③ ①② 4種目体験
- ④ 近隣地区歴史探訪ウォーキング
計4回

※天候等により内容を変更する場合があります。

☆感染拡大防止対策について☆

- ①来場者の体温・住所・氏名・連絡先等をご記載いただきます。
- ②手洗場・トイレには石鹸・手指消毒液等を設置いたします。
- ③その他、関係機関の通知等を遵守して実施いたします。ご協力をお願いいたします。

☆ 申 込 方 法 ☆

申込期間：令和4年8月8日(月)～8月21日(日)

当協会ホームページから申し込みください。

またはFAX・メール・ハガキ・直接ご来場により、①参加する教室名
②氏名 ③年齢 ④住所 ⑤電話番号 ⑥参加する期日 をご記載の上、
下記までお申込み下さい。

- 問合せ先 山形市球技場事務室

住 所 〒990-0053 山形市薬師町2-22-72

T E L 023-674-7096 F A X 023-674-7097

E-mail kyugijyo@yamagatasi-taikyou.jp

～ 種目紹介 ～

モルック

フィンランド発祥のスポーツで、モルックと呼ばれる木の棒を投げ、数字の書かれた木のピン（スキttl）を倒す。1本だけ倒せたらスキttlの数字が、複数本倒れたらその本数が得点になり、いかに早く合計50点を獲得するかを競う競技です。



ラダーゲッター

ラダーゲッターは、ヒモでつながっている2個のボールをラダー（ハシゴ）に向かって投げ、ボールがラダーに引っ掛かる（ハングする）と得点となるスポーツです。ルールは簡単で、投げたボールがラダーにハングすると、表示されている数字がポイントになります。

ボッチャ

ボッチャは、ヨーロッパで生まれたスポーツで、パラリンピックの正式種目です。ジャックボール（目標球）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、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。



グラウンド・ゴルフ

専用のクラブ（スティック）でボールを打ち、スタートからホールインするまでの打数を競います。8ホール回った合計打数を計算し、打数の少ない人が勝ちという、シンプルで分かりやすいスポーツです。

