

令和7年度

# はじめての スポーツ体験教室

バレー  
ボール

スポーツ  
チャンバラ

少林寺  
拳法

なぎなた

ストリート  
ダンス

新体操

これからスポーツを始めたいと考えている子どもたちに、複数の競技を体験できる場を設けて、継続的にスポーツ活動を行うきっかけづくりをします。  
教室実施後に各競技の継続をご希望(検討)の方へ、山形市内で活動している団体を紹介いたします！

期 日

令和7年5月24日(土)

対 象

小学1年生～6年生

時 間

9：30～11：45

(1競技目9：30～10：30 2競技目10：45～11：45)

場 所

山形市総合スポーツセンター

80名 (定員を超えた場合抽選)

実施競技及び会場

(実施内容は裏面をご覧ください。)

|       | 低学年 | 高学年 | 計   |
|-------|-----|-----|-----|
| 1グループ | 20名 | 20名 | 40名 |
| 2グループ | 20名 | 20名 | 40名 |

講 師

公益財団法人  
山形市スポーツ協会  
加盟団体派遣講師

参加料

1,000円  
(傷害保険料含)

参加が確定された方に振込用紙を送付いたします。

持ち物

運動できる服装、  
タオル、飲料、  
内ばき (全参加者)

1グループ

①  
バレーボール  
(男・女)

②  
スポーツチャンバラ (男・女)

第一体育館

第一体育館

なぎなた(男・女)

第二体育館

2グループ

ストリートダンス  
(男・女)

少林寺拳法(男・女)

第一体育館

第二体育館

新体操(女子のみ)

第二体育館

1グループと2グループに分かれ①・②の競技を1時間ずつローテーションで体験します。

1グループでスポーツチャンバラとなぎなたのどちらかを選択します。

2グループで女子は少林寺拳法と新体操のどちらかを選択します。

申込方法

当協会ホームページからお申込み下さい。

申込期限：5月11日(日)まで



お申込みは  
こちらから

問合せ先

山形市総合スポーツセンター事務室

〒990-0075 山形市落合町1番地

TEL 023-625-2288 FAX 023-625-2285

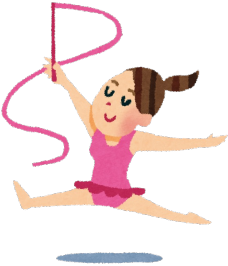
E-mail [sports-school@yamagatasi-taikyou.jp](mailto:sports-school@yamagatasi-taikyou.jp)

休館日：毎週月曜日(祝日を除く)

令和7年

はじめてのスポーツ体験教室

実施内容

| No | 競技名                                                                                           |      | 会場    | 内容                         |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------|----------------------------|
| 1  |  バレーボール      | 男 女  | 第一体育館 | ボールに慣れる                    |
|    |                                                                                               |      |       | トスの練習                      |
|    |                                                                                               |      |       | レシーブの練習                    |
|    |                                                                                               |      |       | アタックの練習                    |
|    |                                                                                               |      |       | サーブの練習                     |
| 2  |  スポーツチャンバラ | 男 女  | 第一体育館 | 小太刀(剣)を使って打ち方、受け方の練習       |
|    |                                                                                               |      |       | 1対1の戦い                     |
|    |                                                                                               |      |       | チームを作っての戦い                 |
|    |                                                                                               |      |       | ※はだしで実施                    |
| 3  |  なぎなた      | 男 女  | 第二体育館 | なぎなたに触れて慣れる                |
|    |                                                                                               |      |       | 足さばきと打突                    |
|    |                                                                                               |      |       | ※はだしで実施                    |
| 4  |  ストリートダンス  | 男 女  | 第二体育館 | 様々な音楽に合わせて楽しく踊る<br>(ブレイキン) |
| 5  |  少林寺拳法     | 男 女  | 第一体育館 | 突き・蹴りの練習                   |
|    |                                                                                               |      |       | 護身術(抜き技)の練習                |
|    |                                                                                               |      |       | ※はだしで実施                    |
| 6  |  新体操       | 女子のみ | 第二体育館 | ボール・フープ・リボンを使っての練習         |
|    |                                                                                               |      |       | リズムステップの練習                 |
|    |                                                                                               |      |       | ※くつしたで実施                   |