

6月・7月

河内長野市インディアカ協会

インディアカ教室



ニュースポーツを体験していい汗、流しませんか？

『4週連続 火曜日』

6/17 6/24 7/1 7/8

受付 9:15 開始 9:30～11:45

場所 市民総合体育館 ※駐車場は有料です

対象 市内在住・在学・在勤者

参加費 各日 100 円（一日のみの参加でも可）

持ち物 運動できる服装で、シューズをご持参ください

申込 当日、直接会場へお越しください



☎ インディアカ協会 そせき 曾碩 ☎ 65-1705

インディアカは、4枚の大きな羽根が付いた特殊な柔らかい「インディアカボール」を手で打ちあうバレーボール形式のスポーツです！

コートはバドミントンコートと同じサイズを使用し、4人対4人でローテーションを行うので、いろんなプレーが楽しめます！

初心者でも手軽にプレーができますよ