

フリーピンポンに挑戦！

皆さん！フリーピンポンはご存知ですか？

従来の卓球台を利用して、卓球より大きなラケットとスポンジのボールを使って 4 人 1 組でどれだけ長くラリーを続けられるかを楽しむスポーツです。相手のことを考え、打ちやすいところにボールを返すことが基本です。スマッシュやボレーは禁止です。

健康寿命 100 歳を目指し、脳を活性化し、足腰を鍛えながら、笑いの絶えないふれあい交流を楽しみましょう！
どなたでもご参加いただけます。
お気軽にお申し込みください。
締め切りは3月29日(金)です。



日時：第2・4月曜日（4月から） 10:00～12:00

会場：箕曲市民センター 多目的ホール

参加費：スポーツ保険代¥1200（初回のみ）

持ち物：上靴、飲み物、タオルなど

申込み：箕曲市民センター（TEL 63-0453）