

スポーツ交流Day

～隙間時間で様々なスポーツを楽しもう！～

「久しぶりに体を動かしたいけど、一人じゃ…」「一緒にスポーツを楽しむ仲間が欲しい！」
そんなあなたのためのイベントです！

年代・性別を問わず、誰でも大歓迎！集まったメンバーでチームを組んで楽しめます。
参加者みんなで協力して、スポーツを楽しむ「場」をつくっていくイベントです。

第四弾 バレーボール



バレーボールの魅力

チームワークと一体感！

各ポジションの役割を果たすことで協力して点をとる楽しさを味わえます。

ラリーのスリルと駆け引き！

ラリーをしながら、一瞬の判断と駆け引きで相手を翻弄します。

身体能力の向上に！

コートを動き回ることで持久力・瞬発力・柔軟性が高まり体力向上に繋がります。



■ 場 所 :パロマ瑞穂アリーナ 第1競技場

■ 申込期間:11/7(金)～11/28(金)

※期間内に入金ください。

■ 日 時 :12/3(水)・12/10(水)
19:30～20:30

■ 申込方法及び詳細 →



■ 対 象 :小学生以上

■ 定 員 :30名

■ 参 加 費:500円/名

■ 持 ち 物:屋内シューズ、タオル、水分
動きやすい服装、
ボール(お持ちの方のみ)

＜注意事項＞

貴重品は自己管理でお願いいたします。

荷物の紛失、破損は責任を負いかねます。

予めご了承ください。

お問い合わせ／アリーナ 受付窓口9:00～20:00

〒467-0027 名古屋市瑞穂区田辺通3-4

TEL : 052-836-8228 FAX:052-836-8221

休場日 毎週月曜日※祝休日の場合は開場及び年末年始(12/29～1/3)

Mizuho Park

LifeSports-Our Own Park

<https://mizuho-loop.jp>