



みんなのスポーツ・エクササイズ④

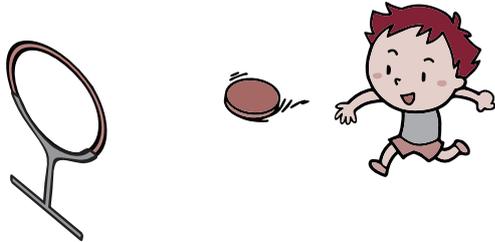


障害者フライングディスク

障害者フライングディスクは、障がいの程度に関わらず、ほぼ全ての障がいの方が参加できるように配慮されたスポーツです。例えば、肩や手足が不自由で水平に投げることができない方でも、ディスクを指にかけて投げる方法等が認められます。

大会では、ディスクを飛ばした距離を競う「ディスタンス」と、円形の枠にディスクを何枚通過させることができるかを競う「アキュラシー」の2種目が行われます。審判や記録員等の係員は、有志がボランティアで務めます。本市では、スポーツ推進委員、障害者支援施設職員、市職員、更には障がい者ボランティアに関心のある市民の皆さんなどが指導員資格を取得しています。

文化スポーツ課では、障害者フライングディスク体験教室を開催中です。NPO法人おさだの杜の職員や茨城県障害者フライングディスク協会の公認指導員が係員として優しく参加者をお迎えます。第4回からの教室になりますが、初心者にも丁寧に指導いたしますので、この機会に是非フライングディスクを体験して下さい。スポーツで汗を流して健康を維持し、新しい仲間を作りましょう。



障害者フライングディスク体験教室

- 第4回 12月9日(日)
- 第5回 平成31年1月12日(土)
- 第6回 平成31年2月9日(土)
- 時間 9:45~11:30 受付/9:30~
- 場所 長田体育館(長田1748)
- 対象 18歳以上の障がい者(手帳所持者)
- 参加料 500円(保険料込み。初回に徴収)

問い合わせ

文化スポーツ課 文化・スポーツグループ
☎52-1111(内線342)



▲体験教室の様子