

体力がなくても、運動が苦手でも楽しめる！

# ジュニアボウリング クラブ

日 時

11月 4<sub>土</sub> 11<sub>土</sub> 18<sub>土</sub> 25<sub>土</sub>

10:00

12月 3<sub>日</sub> 9<sub>土</sub> 17<sub>日</sub> 24<sub>日</sub>

▶12:00

9:45 からご入場いただけます

場 所

新飯田オークラボウル  
飯田市東中央通り 3297-1

定 員

各週 30 名

対 象

中学生・小学生

※高校生以上の方は、定員に空きがある場合のみ当日  
申込「ゲーム代・貸靴代 500 円」で参加できます。

参加費

参加料 500 円

+

ゲーム代  
貸靴代

500 円 (税込)

## 活動の内容

- 講義.....ボウリングの基礎知識・マナー・投げ方など
- 投球レッスン ..... 準備運動・助走や投げ方について
- ゲーム.....スコアをつけて投球

## 持ち物・服装

- 飲み物・タオル
- 運動ができる服装+靴下着用

## 活動の目標

“ボウリングをレジャーからスポーツへ！”  
をテーマに今までの友達や家族と一緒に楽しむ『遊び』から、身体を動かし健やかな生活を送るためのスポーツへ。

また、ボウリングは激しい動きの少ない有酸素運動として、体力に自信のない方にもおすすめのスポーツです。簡単な講義で基礎知識やマナーを学ぶところからスタートし、一緒にレベルアップしていきます。

[申込方法] エンジョイスクエア公式サイトからお申込みください

主管団体

新飯田オークラボウル

TEL 0265-23-3619

Free 0120-39-3619

# ジュニアボウリングクラブ

担当者：高柳・鈴木・田中（JPBA 認定インストラクター）