

UE～結～なが Vol.9

令和元年度 R1.12発行
長崎県広域スポーツセンター
担当:野口 弥生
TEL:095-895-2784

～県内クラブ活動状況・ニュースポーツ情報・県内イベント情報～

* 県内総合型地域スポーツクラブ活動事例紹介～平戸市～ *

★平戸総合スポーツクラブ「ビクトリー」



※空手教室※

小学生から大人の方まで参加でき、親子で参加されている方もいます！皆さん笑顔で楽しく練習している様子でした！

練習前に道場のお掃除もしっかり行い、練習に対する姿勢が素晴らしいですね！

まだまだ参加者募集中とのことですよ！

空手教室

- ①平戸教室<月火水木土> 子供=18:00～19:30 クラブハウス
一般=19:30～21:00
- ②津吉教室<土> 子供～一般=18:00～20:00 津吉交流会館
- ③田平教室<水> 子供～一般=18:00～19:30 本部教室で合同練習
- ④松浦教室<土> 子供～一般=17:30～19:30 松浦市武道場

★総合型クラブ たびスポ



※コアトレーニング※

現在の参加者は全員女性です。教室に通うようになって、腰痛や肩こりが軽減されたという方も！！体幹強化や、ダイエット効果もあるそうで、自分でストレッチポールを購入して家でされている方もいるそうです！

コアトレーニング教室

- ◇期日：第1・第3木曜日（月2回）
- ◇時間：19:30～20:30
- ◇場所：田平町民センター別館研修室
- ◇月会費：1,000円



* ニュースポーツ紹介 *

～ピックルボール～ <http://jpickleball.org/pickleball> (日本ピックルボール協会) 参照

概要

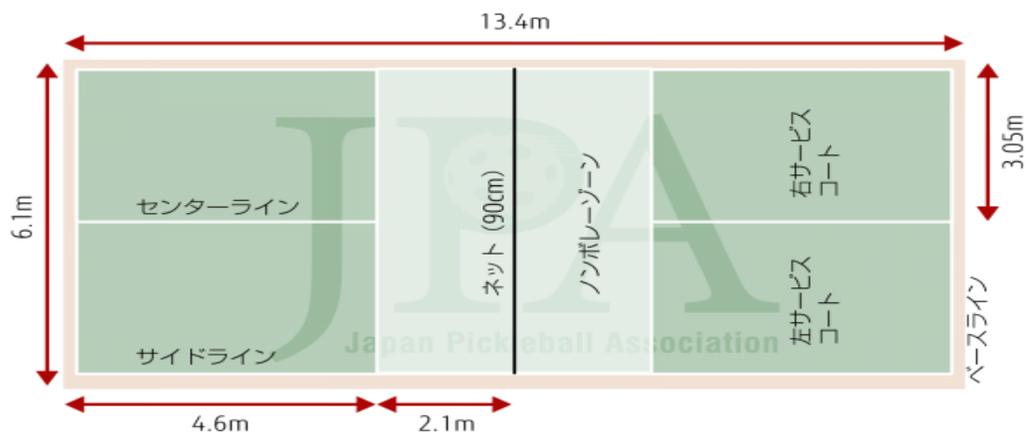
ピックルボールは、バドミントンコートと同じ広さのコートで板状のパドルを使い、穴のあいたプラスチックボールを打ち合うスポーツです。運動としても緩すぎず激しすぎずちょうど良い強度のため、アメリカではシニア世代を中心にブームになっており、「アメリカで最も成長しているスポーツ」と言われています！！

日本国内では、東京都八王子市や長野県、神奈川県、埼玉県などで定期的にプレーされており、今年7月には、岡山県津山市で日本初のピックルボール日本選手権が開催されています！！

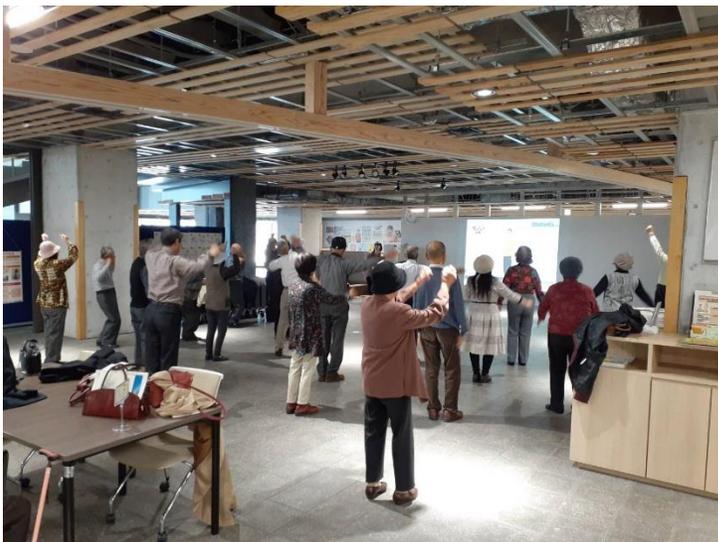
ルール

- サーブ権を保有している側がポイントを取ると、スコアが1ポイント加算されます。※11ポイント取得したほうが勝利
- 11ポイント時に、相手のポイントが2ポイント以上差がついていない時は2ポイント差がつくまでゲームをします。
- シングルとダブルがあります。

道具・コート (ラケット・ボールについては、Amazonでも購入できます)



* がんばらんば体操について *



～県庁見学者に対して～

県庁1階協働エリアにて、県庁見学者の方々に県民体操「がんばらんば体操」の体験会を実施しております！！

参加していただいた皆さんの中には、自治会のサロンでやっている方や初めてされる方等さまざまですが、体験後は「凄く良い運動になりました」「DVDを活用させてください」などたくさんのご意見をいただいております！！

**※DVD貸出についてはこちらにご連絡ください⇒長崎県スポーツ振興課（野口弥生）
TEL：095-895-2784**

* 県内スポーツイベント情報 *

◇マリンハイドロテックpresents 堀幸一少年野球大会2019

【概要】長崎市出身で千葉ロッテで活躍され、現役引退後は同チームの一軍打撃コーチ等も務められた堀幸一氏が、「子どもたちに野球の楽しさをもっと知ってもらいたい」、「長崎に恩返しをしたい」等の思いから始められた少年野球大会です！

【主催】堀幸一少年野球大会実行委員会

【期日】2019年12月7日（土）～8日（日）

【開催地】①長崎市総合運動公園 かきどまり野球場

②長崎県営野球場（ビッグNスタジアム）

【参加チーム】長崎県軟式野球連盟に加盟する県内16チームで争われます！！

【問い合わせ先】株式会社RIGHTS（電話番号：03-5288-5561）

