

軽スポーツ

◆◆ 屋内活動 ◆◆



活動の概要	<p>当所施設「室内運動場」を利用して、軽スポーツを行う場合に参考にしてください。</p> <p>室内運動場は一般的な体育館とは違い、多目的使用を前提にしていますので、天井に暖房設備が施されています。よって、本格的なバレーボールやバスケットボールなどのようなスポーツはできません。</p> <p>バドミントン・ソフトバレー・卓球・綱引きや大縄跳びなどの他、剣道・空手・少林寺拳法などの練習場としても利用できます。</p>
対象	どなたでも利用できます。
活動場所	室内運動場
活動時間	<p>空いていれば利用できますが、利用の希望が重なった場合には活動時間帯等の調整をさせていただきます。活動プログラム提出時にご相談ください。</p> <p>特に雨天時等の荒天プログラムに、希望団体が殺到します。</p> <p>自然の家で時間を調整しますが、活動時間の短縮・共用使用をお願いすることもあります。</p>
用具・備品が揃っていて即活動可能な軽スポーツ	<p>① バドミントン 2面 (ネット・ポール・ラケット・シャトル)</p> <p>② ソフトバレー 2面 (ネット・ポール・ソフトバレーボール)</p> <p>③ 卓球 (卓球台・ネット・ラケット・ピンポン玉)</p> <p>④ 綱引き (綱引き用の綱)</p> <p>⑤ 大縄跳び (大縄)</p> <p>⑥ 玉入れ (紅白の玉、かご)</p> <p>⑦ ストラックアウト</p> <p>⑧ カローリング</p> <p>⑨ キンボール</p> <p>※ 用具類は室内運動場の奥の倉庫にありますが、次の用具は事務室にあります。 (卓球ラケット・ピンポン玉・バドミントンラケット・シャトル ソフトバレーボール・ドッジビーディスク・大縄・玉入れの紅白玉)</p>
留意事項	<p>① 体育館シューズは、各自持参してください。</p> <p>② 用具は大切に扱い、決められた場所に返却し整理整頓を心がけましょう。</p> <p>③ 室内運動場の床面は非常にデリケートで、砂等を嫌います。土足厳禁を徹底してください。</p> <p>また、壁・天井も弱い構造ですので、硬いものや、強くボール等を投げつけないようにしましょう。</p> <p>④ バレーボール、バスケットボール、フットサル等をご遠慮ください。</p>