

杉妻学習センターふるさと学びカレッジ 「ベターライフセミナー」実施状況

第13回 「ニュースポーツ ニチレクボールほか」

令和8年1月17日(土)
杉妻学習センター 2階ホール

今年最初の学習は10/4に行ったニュースポーツの2回目で、前回と同じく、県レクリエーション協会の講師をお招きし、ニチレクボールとストレッチを実施しました。

400gのボール(公式は800g)を使います(赤青2色)



黄色は標的玉(ビュット)です。



ビュットに近い色のチームが得点です。
この場合、一番近い青玉よりビュットに近い赤玉の数が点数となります。

次にルールについての説明です。



赤	青	赤	青	赤	青
4	0	2	0	0	2
1	0	0	3	1	0

ラウンド毎に点数を付けて競います。



終了後は様々なストレッチを行いました。

