

令和7年度 第9回ワンバウンドふらば～るバレーボール フェスティバル 開催！！！！

未経験者
大歓迎！！

開催日
6/14
(土)

【ワンバウンドふらば～るバレーボールとは・・・】

軽なおむすび型の変形ボールを使用するバレーボール型のスポーツで、スピードが遅く突き指の心配やボールに恐怖心が少ないスポーツです。

ボールの飛び方向性に意外性があり、予測が付けにくくとても面白いスポーツです。

★会 場 上田城跡公園体育館
(長野県上田市常磐城一丁目1番地)

★時 間 受付：午前8時30分～9時00分
終了：午前12時00分 頃 ※予定

★対 象 どなたでも参加できます。

★参加費 無料です。

★指導者 上小スポーツ推進委員

★持ち物
●運動靴 ●運動ができる格好 ●水分補給のための飲み物

○ボールは主催者で用意します

★部 門

●大会の部 1チーム5人以上、年齢制限はありません。

未経験の方でもチームを組んで参加可能です。

当日、ルール説明や練習の時間を設けますので、未経験の方や、ルールを知らない方もぜひご参加ください。

●体験会の部 ワンバウンドふらば～るバレーを初めて体験する方、個人参加を希望する方。
上小スポーツ推進委員と一緒にチームを組んだり、個人レッスンも行います。

★ 申込方法

●事前申込 参加希望の方は、以下の方法により、**6月7日（金）まで**にお申込みください。

【申込フォーム】①申込責任者氏名・連絡先 ②参加部門 ③チーム名・市町村名

④競技経験の有無 についてQRコードを読み取り、お申込みください。

●当日申込 午前8時30分から受付を行います。直接会場へおこしください。

★ 問い合わせ 東御市役所文化・スポーツ振興課 スポーツ係
「ワンバウンドふらば～るバレーボールフェスティバル事務局」
TEL 0268-75-1455 FAX 0268-63-5431
E-mail sports@city.tomi.nagano.jp

【申込みフォーム】

