

個人参加型バレーボール



基本のパスから
スパイクまで

未経験の方
大歓迎です！

バレーボールを通して運動することの楽しさを知る！！

- 詳細 -

場 所	出雲だんだんとまとアリーナ メインアリーナ
日 時	6月27日 7月11日 7月25日 18:10~19:30
参加費	1人1000円 (税込)
定 員	30名 (予定)
対 象	中学生以下 (男女混合)
持ち物	動きやすい服装、室内シューズ 飲み物、タオル、 持っている方はボール

- 対象 -

中学生以下 30名まで

- 内容 -

パス・レシーブ

バレーボールの基礎となる2種類のパス
レシーブを練習します。

スパイク

攻撃の要であるスパイクの打ち方

サーブ・レシーブ

フローター (上から打つ) サーブや
サーブレシーブを練習します。

★できる子は初心者の子に教え初心者の子は
他の子と協力して練習することで
個人個人のスキルを上げていく

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたします
※ご利用中のケガ・紛失・盗難などは自己責任で管理をお願いいたします

お申し込み
お問い合わせ

出雲だんだんとまとアリーナ
TEL : 0853-21-0001

〒693-0073 島根県出雲市西林木町 207-1
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7328>

●営業時間 9:00~22:00

●休館日 年末年始12月30日~1月2日
隔月 (奇数月) 第3水曜日
(祝日の場合は翌日)