

# ヨコハマさわやかスポーツ種目

## ボッチャ

ヨーロッパで生まれたパラリンピックの正式種目

## グラウンドゴルフ

パターゴルフに似たスポーツ、初心者でもホールインワンを狙えます

## ナインボール

目指せ、的当てパーフェクト

## ソフトバレーボール

やわらかいボールで安心プレー

## バウンドテニス

狭い場所でもコートがつかれる

## ラダーゲッター

ロープがついたボールをラダー（はしご）に投げてひっかけます

## キンボール

大きなボールを相手にキャッチされないよう打って飛ばします

## ドッチビー

ドッチボールのボールをやわらかいディスクに持ち替えてプレー

## ペタンク

小さい木の球にボールを近づける

## 輪投げ

1回9投で点数を競います

# さわやかスポーツ用具貸出 お問い合わせ

## ☆レンタル料金は無料☆

### ■事前予約について

スポーツセンターへ電話または窓口で、用具の空き状況をご確認いただき、以下についてお聞きします。

- (1) 氏名（団体名、担当者名）
- (2) 希望用具とその数
- (3) 希望する貸出日と返却日

### ■貸出・返却について

用具の数と状態をご確認後の貸出・返却となります。

※スポーツセンター営業時間内での貸出・返却となります。  
※返却時に活動報告書の提出をお願いいたします。

## レンタルに関するお問い合わせ

## 横浜市西スポーツセンター

TEL 312-5990 / FAX 312-6040

西スポーツセンター

さわやかスポーツに関するお問い合わせ

公益財団法人横浜市スポーツ協会 地域スポーツ課

TEL 640-0015 / FAX 640-0024

さわやかスポーツ

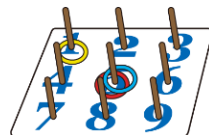
# 西区

# ヨコハマ

# さわやか

# スポーツ

いつでも どこでも だれにでも



キャプテンわん © ゆず華・(公財)横浜市スポーツ協会



公益財団法人  
横浜市スポーツ協会  
YOKOHAMA SPORT ASSOCIATION

## グラウンドゴルフ



専用のクラブ、ボール、ホールポスト、スタートマットを使用します。ボールを打ち、できるだけ少ない回数でホールポストに入れること（入って静止した状態）を競います。通常は8ホールで行い、その合計打数がスコアになりますが、ホールインワンのときは3打数マイナスできます。

## ラダーゲッター



ロープでつながれた2個のゴムまりをラダー（はしご）に向かってアンダースローで投げます。1番上のラダーにひっかかると3点、2番目が2点、3番目が1点となります。ワンバウンドしてひっかかると5点と高得点となります。

## 西区

### さわやかスポーツ普及種目のご紹介

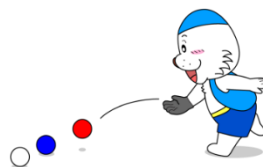
ヨコハマさわやかスポーツとは???  
「いつでも・どこでも・だれにでも」をキャッチフレーズに、1987（昭和62）年に横浜市が地域で生涯スポーツを目的として、ニュースポーツの普及計画を考えました。ニュースポーツを取り入れたさまざまな活動を各区さわやかスポーツ普及委員会が中心になって行っています。年齢や体力、技術や興味に応じた楽しみ方ができます。体験会や交流会も実施しておりますので、お気軽にご参加ください。

## ソフトバレーボール



柔らかいボールを使い、あたっても痛くないバレーボールです。バドミントンコートを使用し、4人对4人でバレーボールと同じように行います。どなたでも楽しくプレーしてもらえるように、サービスの直接ブロックやアタックが禁止されています。

## ボッチャ



ヨーロッパで生まれたパラリンピック正式種目です。ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てる等をして、いかに近づけるかを競います。障害によりボールを投げることができなくても、ランプ（勾配具）を使い、自分の意志を相手に伝えることができれば参加できます。

## ファジーテニス



バウンドテニスをヒントに考案された、横浜オリジナルのテニスです。ラケットはバウンドテニスと同じグリップが短いものを使用し、コートはバドミントンのコートそのまま利用します。ボールはスピードのないスポンジボールを使うので、テニスの経験がない人でもラリーを楽しむことができます。