

ヨコハマさわやかスポーツ種目

ディスクゴルフ

ディスクを投げて飛ばしゴールに入れる



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



インディアカ

羽根つき気分でバレーボール



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



シャフルボード

船の甲板で楽しんでいたスポーツ



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

横浜市金沢スポーツセンター

TEL 785-3000 / FAX 785-7000

金沢スポーツセンター

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

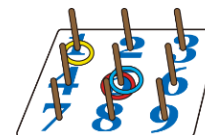
金沢区

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。

シャフルボード



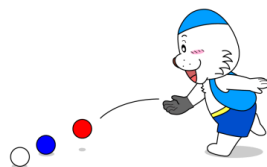
長い棒状のキューを使い、2人のプレイヤーがコート反対側にある得点エリアに向けて、交互にシュートします。得点エリアに入った場合、そこに書かれている数字が得点となります。相手のディスクを押し出すこともできます。16フレームまで行い、合計点を競い合います。

金沢区

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。

ボッチャ



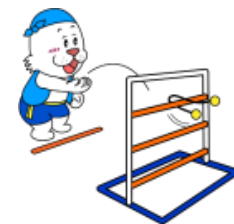
ヨーロッパで生まれたパラリンピック正式種目です。ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てる等をして、いかに近づけるかを競います。障害によりボールを投げることができなくても、ランプ（勾配具）を使い、自分の意志を相手に伝えることができれば参加できます。

輪投げ



輪投げ台の固定ラインと投輪ラインの間隔は2mです。1人の投げる輪は連続9本となります。的棒の下の板に書かれている数字の合計を1回の得点とします。縦・横・斜め3つ並んだ場合は、1列につき15点の加点となります。全部の棒に入った場合は300点の加点となります。2人で投げる場合は交互に投げます。

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。