

初めての人 久しぶりの人の為のイベント チャレンジバスケット開催！！

大人になってからバスケットをしたけれど、経験者と一緒にプレーするのは気が引ける。子どもがバスケットを始めたので自分もやってみたくて機会がない

これを機会に楽しくバスケットをやってみよう♪♪

柔軟ストレッチやドリブル、シュート練習など
基礎の基礎から練習し、試合も数試合します

普段運動していない人向けのメニューだし
みんな初心者だから大丈夫だよ



会場：歴史とスポーツふれあいセンター 四条体育館

講師：矢追 貴行 さん (waiwai40 代表)

対象：どなたでも (社会人以上で60代70代の方でも大丈夫です)

(バスケットをこれから始める方、長期フランクの方のイベントです)

参加料：500円 定員：20名 (大東市以外の方も大歓迎です。)

持ち物：室内シューズ、動きやすい服装 (ボール無料貸出有 ※数に限りがあります)

お申し込み

大東市立歴史とスポーツふれあいセンター

お問い合わせ

Tel:072-876-7011 Fax:072-876-7702