

新潟県レクレーション協会で考案 千葉県レクリエーション協会主催

レク式体力チェック・アタックファイブ

審判員資格取得会&大会



レク式体力チェック

自分の現在の体力を知ることで
「もっと運動をしよう」
「もっと生活の中でレク活動をしよう」
そんな前向きな気持ちが生まれます。



アタックファイブ

CDに持ち手を付けたストーンを、
コート上の得点ゾーンに滑らせて乗せ
得点を競う競技。室内で7メートル四方の
スペースがあれば簡単に楽しむことができます。

さあ、みんなでトライしましょう！

お待ちしてまーす



日時 令和5年7月30日(日) (9時40分~受付)
10時~15時まで

*レク式体力チェックをしてから
アタックファイブをします

会場 県総合スポーツセンター 宿泊研修所 大ホール

講師 渡辺 耕司氏(新潟レクリエーション協会)

参加費 500円

審判員資格を取得する方 レク式体力チェック 1,000円

アタックファイブ 1,000円

持ち物 タオル 運動ができる服装、飲み物 弁当、筆記用具

申込先 千葉県レクリエーション協会へ

TEL 043-290-8361

FAX 043-290-8362

レク式体力チェック・アタックファイブ大会 参加申し込み

NO	氏名	性別	年齢	住所	TEL&FAX
1					
2					
3					

・記入していただいた個人情報は、本講習会に関してのみ使用させていただきます。