



子どもから大人まで誰でも参加できるGボール体験イベント！

ちゃれんGボールデー

2014年 11月16日 (日)

摂南大学 体育館 (大阪府寝屋川市)





“ちゃれんGボール”って何!?

ビニール製の大きなボールを使って、バランスやバウンド、転がるプログラムなど楽しくからだを動かすことのできる日本発祥の新しいスポーツのこと。ボールに乗ってゆらゆらするだけでも、とても気持ちがいい! そんなボールをもっとアクティブに遊びます。



2014年 11月 16日 (日)

ちゃれんGボールデー2014 in 大阪

昨年に続き、今年も大阪で開催されます。大人も子どもと一緒に楽しく体を動かしましょう!

プログラム

楽しい! 気持ちいい!

- ① Gボールエクササイズ&ストレッチクラス 10:30 ~ 11:30

Gボールを使って、簡単なエクササイズやストレッチを行い、心とからだをほくします。運動の秋に、気持ち良く汗をかきませんか?

Gボールを乗りこなそう!

- ② ちゃれんGボール体験クラス (1部) 12:00 ~ 13:30

- ③ ちゃれんGボール体験クラス (2部) 13:45 ~ 14:45

ビギナー向けのGボール練習会です。大きなカラーボールを使い、みんなで運動あそびやストレッチを行い、心とからだをほくします。また簡単そうで意外と出来ないGボールプログラムにも挑戦します!

- ④ スポーツGボールの指導法 (研修会) 15:00 ~ 16:00

学校体育、レクリエーション、Gボール競技やパフォーマンスなどスポーツGボールの基本的な使い方、指導法などについての内容です



会場

摂南大学 体育館

〒572-0074 大阪府寝屋川市 池田中町17-8

行き方: 京阪本線「寝屋川市」駅 (南口) または JR・阪急京都線「茨木」駅から京阪バスに乗りし「摂南大学」下車

参加費

- ①②③: 各 500円/人
- ④: 2,000円/人 (学生1,000円) ※それぞれ定員 50名

申し込み方法

下記の項目を明記のうえ、FAXまたはEメールで事務局までお送りください。

件名: ちゃれんGボールデー大阪参加希望

①お名前 ②ご住所 ③電話番号

④生年月日 ⑤希望のプログラム番号 【申込期限】11月10日 (月)

会場アクセス



お申込み
問合せ先

特定非営利活動法人 日本Gボール協会 事務局

〒101-0025 東京都千代田区神田佐久間町3-20-5 B1F

TEL: 03-5787-7298 FAX: 03-5787-7296 office@g-ball.jp

www.g-ball.jp