

碧南市インディアカ協会



運動不足でなにかスポーツをしたい、でもいきなり激しいスポーツはちょっと…と
思っているあなた、生涯スポーツレクリエーションであるインディアカにチャレンジして
みませんか？

インディアカはいつでもどこでも誰でもできる「みんなのスポーツ」として手軽に楽し
めます。バレーボールに似たルールで、4人対4人で羽根付き球（インディアカボール）
を打ち合います。手に当たる部分はスポンジなので、突き指などの心配はありません。
子どもから高齢者の方まで一緒にできるので、ファミリーでも楽しめます。

◆令和3年度主な事業予定 ※仲間でチーム（4～8人）作って参加OK。

秋季市民インディアカ大会 8月7日（日） 場所：南部市民プラザ

碧南市近郊インディアカ大会 11月13日（日） 場所：南部市民プラザ

団体練習（リバース）毎週土曜日15時～18時 場所：南部市民プラザ

インディアカ教室 募集

日時：6月4、11、18、25日（土曜日）時間 18時30分から21時
場所：南部市民プラザ

※申込は下記問い合わせ先までご連絡ください。

ぜひインディアカを体験してみてください。

<問い合わせ先> 斎藤富美枝（090-3589-5031）

【インディアカ活動風景】

