

# 令和6年度 第8回ワンバウンドふらば〜るバレーボールフェスティバル

未経験者  
大歓迎！！

開催日  
6/15

【ワンバウンドふらば〜るバレーボールとは・・・】  
軽いおむすび型の変形ボールを使用するバレーボール型の  
スポーツで、スピードが遅く突き指の心配やボールに恐怖心が  
少ないスポーツです。

ボールの飛ぶ方向性に意外性があり、予測が付けにくく  
とても面白いスポーツです。

★会場 上田城跡公園体育館  
(長野県上田市常磐城1丁目1-30)

★時間 受付：午前8時30分～9時00分  
終了：午前12時00分頃 ※予定

★対象 どなたでも参加可能

★参加費 無料

★指導者 上小スポーツ推進委員

★持ち物

- ・室内用運動靴
- ・運動ができる格好
- ・水分補給のための飲み物

★部門

●大会の部

1チーム5人以上、年齢制限はありません。

未経験の方でもチームを組んで参加可能です。

当日、ルール説明や練習の時間を設けますので、未経験の方や、ルールを知らない方もぜひご参加ください。

●体験会の部

ワンバウンドふらば〜るバレーを初めて体験する方、個人参加を希望する方。  
上小スポーツ推進委員と一緒にチームを組んだり、個人レッスンも行います。

★申込方法

●事前申込

参加希望の方は、以下の方法により、**5月31日(金)まで**にお申込みください。

【窓口】別紙申込書に必要事項を記入し、スポーツ推進課窓口へ提出してください。

【FAX】別紙様式に必要事項を記入して送信してください。

【メール】申込書に必要事項を記入してメールに添付し、送信してください。

★問い合わせ

上田市文化スポーツ観光部スポーツ推進課

「ワンバウンドふらば〜るバレーボールフェスティバル事務局」

TEL 0268-23-5196 FAX 0268-22-4131

E-mail suposui@city.ueda.nagano.jp

