

【申込開始日】

**12月20日(土)午前10時～**

# インディアカ教室

定員

**30人**

令和8年 1月17日、24日、31日(土曜日) 全3回

【会 場】 邑楽町民体育館 (アリーナ)

午前**10時～正午**

【内 容】 インディアカの基礎を学ぶ

【対 象】 高校生以上の方

【定 員】 30人

【参加費】 500 円(保険代) ※申込時

【講 師】 バラのみなさん (町民体育館活動チーム)  
(バラ:邑楽町で活動しているインディアカチーム)

【持ち物】 飲み物、汗拭きタオル、室内用運動靴



インディアカって? →

紹介動画が見られます♪



QRコード出典元:公益財団法人  
日本レクリエーション協会ホームページ



インディアカとはドイツ発祥のニュースポーツ

羽根のついたボールをバトミントンコートで手で打ち合う団体競技です!

4人対4人で行い、ルールも簡単なので、初心者でも始めやすいスポーツです!

問合先: 邑楽町民体育館 ☎ 0276-88-5355

き り と り せ ん

令和7年度 インディアカ教室

申込書

No. \_\_\_\_\_

ふりがな		性別	生年月日	西暦	年
名 前		男・女	連絡先番号	月	日 ( 歳 )
住 所					
普段から運動を週2回以上 ( する ・ しない )			てくてくアプリをやって ( いる ・ いない )		