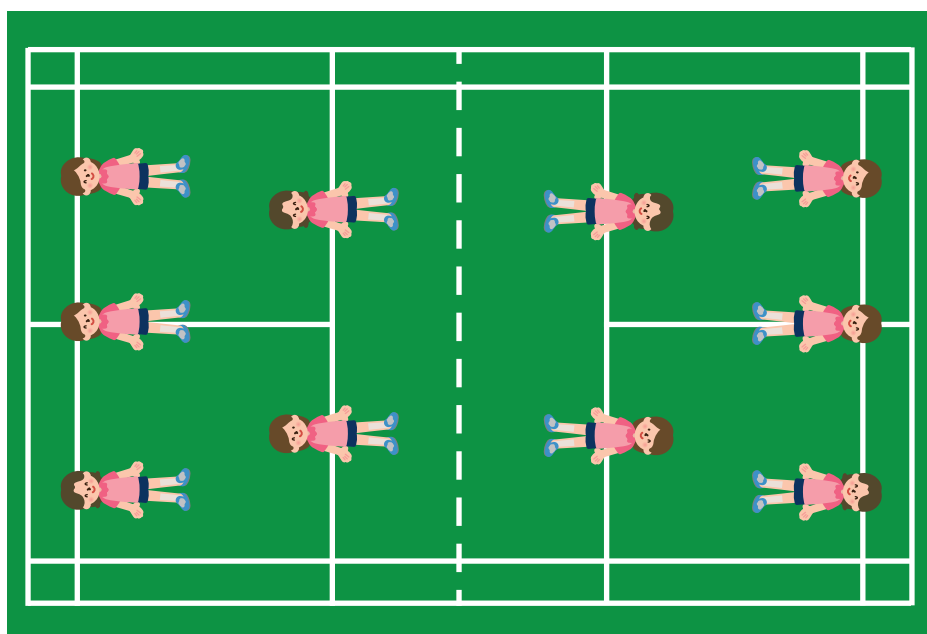


ふらば～るバレー

「ふらば～るバレー」は、バドミントコートを使用し、1チーム5人で「おにぎり型のボール(ふらば～る)」を打ち合うバレーボールに似たニュースポーツです。相手から来たボールは、必ずワンバウンドさせるため、ボールがユニークに変化します。また、アタックされてもレシーブがし易いので、誰でも簡単に楽しむことができます。



はじめに知っておくルール

自分のコートでワンバウンドしたボール(ふらば～る)を2回or3回で、相手コートに返します。(1回or4回以上は相手の得点に!!)

コートは、バドミントンのダブルスコートを使用します。
ネットの高さは、180cmです。

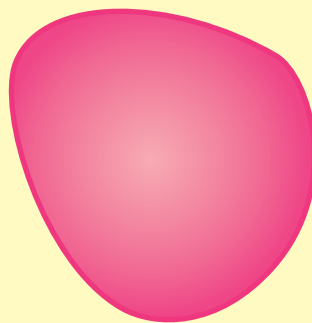
少しでもボールがライン(空中線上)にかかっている場合は、INとなります。

興味をもったら、教室へ参加してみましょ。お近くの会場へ!(裏面に市内で実施される教室掲載)

さいたま市スポーツ推進委員連絡協議会

ふらば～る

バレー教室



平成30年度さいたま市内で実施される「ふらば～るバレー教室」

日程	時間	受付	会場	対象	参加費	主催
5月12日	19:00～21:00	19:00～	与野体育館	中学生以上	1000円/4回	中央区支部
5月19日	19:00～21:00	19:00～	与野体育館	中学生以上	1000円/4回	中央区支部
5月26日	19:00～21:00	19:00～	与野体育館	中学生以上	1000円/4回	中央区支部
6月2日	19:00～21:00	19:00～	与野体育館	中学生以上	1000円/4回	中央区支部
6月2日	19:00～21:00	19:00～	馬宮中学校	小学5年生以上	200円/2回	西区支部
6月3日	9:30～12:00	9:00～	桜木小学校	特になし	無料	大宮区支部
6月9日	19:00～21:00	19:00～	馬宮中学校	小学5年生以上	200円/2回	西区支部
6月10日	9:30～12:00	9:00～	つばさ小学校	小学4年生以上	100円	北区支部
7月8日	9:30～12:00	9:00～	三橋小学校	特になし	無料	大宮区支部
7月29日	9:30～12:00	9:30～	南部公民館	特になし	200円/1回	岩槻区支部
8月19日	9:00～11:00	8:30～	美園小学校	特になし	200円/1回	緑区支部
8月26日	9:30～12:00	9:30～	ふれあいプラザいわつき	特になし	200円/1回	岩槻区支部
9月9日	9:30～12:00	9:30～	北部公民館	特になし	200円/1回	岩槻区支部
9月16日	9:30～12:00	9:00～	大宮東小学校	特になし	無料	大宮区支部
10月14日	10:00～12:00	9:30～	浦和駒場体育館	小学4年生以上	500円/2回	浦和区支部
10月21日	9:00～11:00	8:30～	美園小学校	特になし	200円/1回	緑区支部
10月28日	10:00～12:00	9:30～	浦和駒場体育館	小学4年生以上	500円/2回	浦和区支部
11月18日	9:30～12:00	9:00～	大宮小学校	特になし	無料	大宮区支部

※参加費の内訳は、各支部(各教室)により、様々です。詳しくは、お問い合わせ先(事務局)へお願いします。各支部の担当者へおつなぎします。

第3回さいたま市ふらば～るバレー親善大会

開催日

平成31年1月20日

会場

大宮体育館

親善大会についての詳細は、市報12月号に掲載予定です。

お問い合わせ

さいたま市スポーツ推進委員連絡協議会事務局(市スポーツ振興課内)

TEL : 048-829-1058 / FAX : 048-829-1996 / E-mail : sports-shinko@city.saitama.lg.jp

※各支部の担当者へおつなぎします。