

走る 投げる 跳ぶ

ハンドボール体験！！

知立市ハンドボール協会



日時:令和6年2月25日(日)

第1部 9:00~12:00

第2部 13:00~16:00

会場:竜北中学校 体育館(校舎側)

● ハンドボールってどんなスポーツ？

1チーム7名で、サッカーとバスケットボールを足したようなスポーツで、「走る」「跳ぶ」「投げる」の3つの動きを必要とし、ダイナミックなジャンプシュート、一瞬のスピードで相手をかまし、パワーあふれるプレーはとてもかっこよく、だれでも楽しめるスポーツです！！

● 体験内容

- ・ハンドボールを見てみよう！(動画説明)
- ・ボールを触ってみよう！(ハンドリング、ドリブル)
- ・ボールを投げてみよう！(パス、キャッチ)
- ・シュートを打ってみよう！(ステップシュート&ジャンプシュート)

※当日の状況により内容を変更する場合があります。

● 持ち物

- ・運動ができる服装
- ・室内用のシューズ(学校の体育館シューズなどでOK)
- ・飲み物

※注意・・・爪は切ってきてください。ヘアピンや固い物がついているヘアゴムは、はずして参加してください。