

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8年2月15日（日）

13:00～14:20

14:40～16:00

会場：スギ薬局知立福祉アリーナ
アリーナB面

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进行をかわし、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（当日の状況により内容を変更する場合があります。）

- ・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）

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。