

ターゲット・バードゴルフ

シニア実践塾 参加者募集

(令和5年度 シニアスポーツ振興事業)

ターゲット・バードゴルフとは…

ゴルフのウェッジクラブ1本で、羽根付きボールを打ちながら、専用の網ホールに入れ、18ホールを競います。

ゴルフをミニ化したニュースポーツです。



☆シニアスポーツに最適！青空の下で運動不足解消！楽しい友達の輪！

＜実践塾開催要項＞ **参加費無料** 運動できる服装でご参加下さい。

※新型コロナウイルス対策のため、参加日朝の検温・マスクの持参が必要です。

※熱中症予防のため、帽子と飲物をご持参ください。

☆開催日：10月20日(金)・23日(月)・25日(水)・予備日29日(金)

*実践塾は3日間で行いますがいずれか1日だけの参加でも結構です。

☆時間：12時30分～15時

☆場所：東村山市運動公園(恩多町 1-15-1)

☆参加資格：60歳以上の都民の方

☆ **クラブ、ボール、マット等用具一式無料貸与。滑り止めの手袋をご持参ください。**



体の健康 頭の体操にピッタリ！

仲間作最適！

ゴルフ経験者は勿論

初心者も容易に楽しめます。

行ってみよう運動公園へ！

主催：東京都

(公財)東京都体育協会

(公社)東村山市体育協会



主管：東村山市ターゲット・バードゴルフ協会

お問い合わせ：会長 安保 笑一 携帯080-5488-8185