

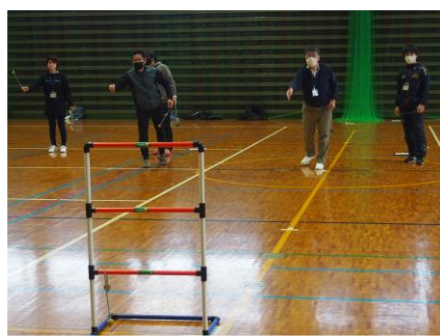
～スポーツ・イン・ライフを推進する～「元気アップ教室」

# ラダーゲッター教室

＜ラダーゲッター普及員（元気アップ・リーダー）養成  
& ラダーゲッター普及員フォローアップ研修＞

ラダーゲッターは、ヒモでつながっている2個のボールをラダー（ハシゴ）に向かって投げ、ボールがラダーに引っ掛かる（ハングする）と得点となる三世代交流も可能なスポーツ・レクリエーションです。

やればやるほど奥が深く、子ども達には**集中力と計算力を養い**、高齢の方々には投げる、歩く、計算するといった事が自然に生まれることから、**介護予防の効果も期待**されます。



期 日

2023年 **12月16日** **土** 9:30～12:30

(受付 9:15～)

場 所

山口市小郡ふれあいセンター 文化体育館

(山口市小郡下郷1440番地の1)

対 象

スポーツ・レクリエーションの普及に高い関心がある方  
ラダーゲッターに興味・関心がある18歳以上の方

参加費

一般参加者（下記以外の方） 3,000円

レク指導者会員 または 賛助会員 2,500円

レク指導者会員 で 賛助会員の方 2,000円

ラダーゲッター普及員 1,500円

※ガイドブック（テキスト）が必要な方は、別途550円が必要です。

定 員

30名（先着順）

持ち物

体育館シューズ  筆記用具  水分補給品  保険証（各自で保管）

タオル  携帯電話（お持ちの方のみ）

活動実績カードまたは学習履修カード（お持ちの方のみ）



ラダーゲッターとは

【主催】 一般社団法人山口県レクリエーション協会

【後援】 山口県 山口市 山口市教育委員会 山口県スポーツ推進委員協議会 (社福)山口県社会福祉協議会

# プログラム

※プログラムの一部に変更が生じる場合があります。

時間	プログラム	内容
9:30~ 9:40	開会・オリエンテーション	
9:40~ 9:55	ラダーゲッターの概要	◆ラダーゲッターとは ◆投げ方のポイントと得点方法
9:55~10:35	ラダーゲッターの体験①	◆投げ方の体験・技術の習得
10:35~12:05	ラダーゲッターの体験②	◆正式ルールの理解
12:05~12:25	登録手続き	◆元気アップ・プログラムと元気アップ・リーダーについて ◆ラダーゲッター普及員について
12:25~12:30	閉会	

その他：※事業中に撮影した写真等につきまして、当協会広報等に使用させていただくことがあります。あらかじめご了承ください。

※当日、体調がすぐれない場合は参加をご遠慮ください。

## ラダーゲッター教室 参加申込書

ふりがな 氏名		性別	男・女	生年月日	西暦 月 日	年 日
住所	〒			ガイドブック	要・不要	
TEL		メール				
*該当するところにチェックを入れてください <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> レク公認指導者 <input type="checkbox"/> 賛助会員 <input type="checkbox"/> ラダーゲッター普及員						

※一般社団法人山口県レクリエーション協会は、提出される参加申込書に記載されている個人情報について、以下の目的において使用し、厳正なる管理のもと保管いたします。

使用目的 ①研修会の連絡 ②当協会の講習会・研修会の案内

申込み・問合せ先

**FAX:083-934-5510**

Webでのお申込みはこちら →→→



一般社団法人

**山口県レクリエーション協会**

〒753-0072 山口県山口市大手町 7-4

KRY 山口放送山口支社ビル 2F

当日の緊急連絡先 090-3744-6678 (福田)

TEL/FAX: 083-934-5510

E-mail: yamareku@oregano.ocn.ne.jp