



トキメキ

11

TOKIMEKI
november2024
Vol.560



足立区スポーツ協会

足立区スポーツ協会 検索

<https://adachi-s>

募集

ビーチボールバレーで汗を流そう!!

「ビーチボールバレー」をご存じですか。砂浜でプレーする「ビーチバレーボール」ではありません。「ビーチボール」を使った「バレーボール」です!

足立区のビーチボールバレーの特徴は、1回で返してはいけないことです。ゆるいラリーが続くと運動量は増し、気持ち良い汗を流すことができます。もちろん、本格的に楽しむこともでき、ビーチボールであっても強力なサーブには手も足もでないことがあります。自分の体力に合わせて様々な楽しみ方ができるスポーツ、それ



が「ビーチボールバレー」です。

足立区では21クラブが4つのブロックに分かれて活動を行っています。小学生から80代の現役の方まで幅広い世代が活動しています。親子で一緒に参加できるファミリー大会もあり、どなたでも気軽に始めることができます。

問い合わせ 連盟・今井

jimu@abbv.jp