

～誰もが楽しく夢中になり、心も体も元気になる『元気アップ・プログラム』～

# 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、子どもたちには集中力と計算力を養い、高齢者の方々には投げる、歩く、計算するといったこと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 2022年 **6月19日**（日）10:00～13:00（受付9:45～）

場 所 熊本県立運動公園内 体育館（熊本市東区石原2丁目9-1）

講 師 ラダーゲッター普及員

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） 2,000円

レク会員（ID番号お持ちの方） 1,500円

学生 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）

メ 切 6月6日（月） 申込用紙等は別紙をご覧ください。

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）

○マスク ○タオル ○ゴミ袋（ゴミは各自でお持ち帰りください）

○活動実績カードまたは学習履修カード（お持ちの方のみ）

【主催】 熊本県レクリエーション協会

## プログラム

6月19日	プログラム
10:00~10:10	開会・オリエンテーション
10:10~10:25	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）
10:25~11:00	ラダーゲッターの体験（1）（・投げ方の体験 ・技術の習得）
11:00~12:30	ラダーゲッターの体験（2）（・正式ルールの理解 ）
12:30~12:50	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の説明 ）
12:50~13:00	閉会・諸連絡

※プログラムの一部に変更が生じる場合があります。

## その他

※新型コロナウイルス感染予防のための参加辞退要件

当日、以下の項目に該当する者が1つでもある場合には、参加の自粛をお願いいたします。

- ・37.5度以上の発熱 ・咳・のどの痛みなどの風邪の症状 ・だるさ、息苦しさ
- ・臭覚や味覚の異常 ・体が重く感じる、疲れやすい等の倦怠感
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいつ場合

→キャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。

### ラダーゲッター教室 参加申込書（申込〆切 6月6日(月)）

ふりがな 氏名		性別	男 ・ 女	生年 月日	西暦 月 日
住所	〒			ガイド ブック	要 ・ 不要
e-mail					
TEL		FAX			

※該当するところにチェックを入れてください。

一般       レク公認指導者（ID番号をお持ちの方）       学生

※熊本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し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

**申込先・問い合わせ先**

参加申込みは FAX または 郵送 でお申込みください。

熊本県レクリエーション協会 〒861-8046 熊本市東区石原2丁目9-1

FAX: 096-380-6662 TEL: 096-380-6686