

川床スポーツデー 卓球レクレーション大会開催要領

1. 開催日時 令和7年6月8日(日)9:30～12:00目途
2. 開催場所 第一公民館
3. 大会スタッフ 川床卓球クラブ員 男女8名
4. 大会準備品
 - ・ラケット, ボール, 卓球台など用具は公民館備え付けを利用する。
 - ・大会賞品は大人用10個、子供用10個を自治会で用意する。
 - ・参加者は各自室内シューズまたは運動靴を準備する。
5. 開催内容
 - ・第1部 卓球おもしろ体験
 - ・第2部 ピンポンアタックゲーム
6. 開催要領
 - (1)準備 前日夜、卓球台2台、用具など事前にスタッフで設置しておく。
 - (2)集合 防災訓練終了後、参加者及びスタッフは第一公民館に集合する。
 - (3)進め方の説明
当日の内容についてスタッフより参加者に説明する。
 - (4)準備運動
子供さんや大人の参加者は全員準備運動を行う。
指導はスタッフが担務する。
 - (5)卓球おもしろ体験(10:00～11:00目途)
大人と子供さんはそれぞれの卓球台でスタッフを相手に実際に卓球ボールを打って卓球の面白さを体験する。
 - (6)ピンポンアタックゲーム(11:00～12:00目途)
 - ・卓球台の上に1から10の数字を書いた紙コップを並べて準備する。
 - ・スタッフによるルール説明および実演
 - ・参加者は参加希望用紙に氏名記入し順番にスタートする。
 - ・参加者(挑戦者)はスタッフにより球出しされたボールを打ち返しカップを倒す。倒したカップの番号の合計が獲得得点となる。
 - ・1人3回実施し、得点の合計で10人の順位を競う。最後同点の場合はじゃんけんで決定する。
 - ・入賞賞品は大人10名、子供10名
 - (7)昼食親睦会(12:00目途～13:00)
 - (8)自由解散(希望者は午後からも可能)
7. 注意事項
参加者については班長会で運動靴を準備するよう事前に周知を依頼する。