

投げる・捕る・避けるだけじゃない！
「体力・俊敏性・判断力」+「楽しむ力」が自然と身につく！

友だちも
誘って
一緒に楽しもう！

青森県ドッジボール協会 主催

つがる小学生 ドッジボール教室

★11月からリニューアルスタート！

ドッジボールの基礎から、世界でも楽しまれている
「クロスボール」まで体験できるよ！

体験を通して
こんな力が身につく！



競技ドッジボール

ボール1個で内外野に分かれて行く、
誰もがやったことのある
ドッジボールの正式競技！



クロスボール

布製ボールを5個使って、
内野同士でお互いに当て合う
世界基準の国際競技！



**基礎から
しっかり学べる**

**協力する
楽しさを味わえる**

**運動の楽しさで
仲間との関わりが
広がる**

こんな子におすすめ！

- ☒ ドッジボールをやってみたい子
- ☒ 運動や体を動かすのが好きな子
- ☒ いろいろな学年の友だちと
楽しく遊びたい子
- ☒ 体力をつけたい子
- ☒ 新しいスポーツにチャレンジしたい子
- ☒ レベルや経験は問いません！

保護者
見学OK！

みんな
待ってるよ！



開催概要

	開催日	2026年 毎週 木曜日（祝日・体育館日を除く） 19:15～20:15（60分）※19:00受付開始
	会 場	つがる市総合体育館 サブアリーナ 〒038-3138 青森県つがる市木造若緑64
	対 象	小学1年生～6年生の男女 つがる市以外からの 参加も大歓迎です！
	定 員	20名（先着順）※定員になり次第締め切ります
	参加費	1人1回 700円
	持ち物	運動着、室内シューズ、飲み物、タオル ※ボールなどの用具は主催者で準備します。

申込み・問い合わせ

参加申込みはこちら！



Googleフォーム

最新情報はこちら！



LINE

SNSでも情報発信中！



Instagram



AOMORI
DODGEBALL ASSOCIATION
青森県ドッジボール協会

主催：青森県ドッジボール協会

問い合わせ先 つがる市総合体育館
TEL: 0173-23-3231

