

フロアホッケー (江東会場) <small>コウトウカイジョウ</small>				フロアホッケー (多摩会場) <small>タマカイジョウ</small>		
	日にち	時間	場所	日にち	時間	場所
1	1/6(日)	13:00~16:00	江東特別支援学校	2/2(土)	9:00~12:00	台町市民センター
2	1/14(祝)			2/10(日)	9:00~12:00	
3	1/26(土)			2/17(日)	9:00~12:00	
4	2/2(土)			2/24(日)	9:00~11:50	富士森体育館分館
5	2/11(祝)			3/9(土)	12:00~14:50	甲の原体育館
6	2/17(日)			3/23(土)		
7	2/23(土)			3/30(土)	15:00~17:50	富士森体育館分館
8						
会場	東京都立江東特別支援学校体育館 他			八王子市富士森体育館 分館競技場 他		
主任コーチ	森本			高山		
マネージャー	小笠原、大森			朝岡、中村		
募集定員	定員なし			定員なし		
参加費	無料			無料		
交通手段	<ul style="list-style-type: none"> 江東特別支援学校(江東区東陽四丁目11番45号) 東京メトロ東西線「東陽町」駅西口から徒歩8分 JR「錦糸町駅」から都バス「東陽町・東京駅北口」行「豊住橋」下車徒歩2分 墨東特別支援学校(江東区猿江2-16-18) 都営地下鉄線「住吉」駅から徒歩5分 東京メトロ半蔵門線「住吉」駅から徒歩5分 都営バス「猿江2丁目」下車徒歩2分 城東特別支援学校(江東区大島六丁目7番3号) 都営地下鉄新宿線「大島」駅から徒歩5分 JR「亀戸」駅から都バス「東陽町駅前」行「城東特別支援学校前」下車 北特別支援学校(北区十条台一丁目1番1号) JR埼京線「十条」駅から徒歩13分 都営三田線「新板橋」駅から徒歩15分 JR「王子」駅から国際興業バス「板橋駅」行き「北特別支援学校」下車すぐ 			<ul style="list-style-type: none"> 八王子市 富士森体育館 分館競技場(八王子市散田町2-37-1) JR八王子駅南口 7番のりば よりバスで約15分 富士森公園経由「グリーンヒル寺田」「法政大学」「上大船」「東京家政学院」「西八王子駅南口」行 ※「市民体育館」バス停で下車してください。 台町市民センター(八王子市台町3-20-1) JR八王子駅南口からバス「法政大学」行 御所水通り 下車徒歩10分 JR西八王子駅南口から徒歩13分 八王子市 甲の原体育館(八王子市中野町2726-8) 京王八王子駅 3番のりば JR八王子駅北口 6番のりば より約20分 西東京バス「檜原町(工学院大学西経由)」行 ※「新清水橋」バス停で下車してください。 		
出欠連絡	月~金(10:00~17:00) SON・東京 事務局 03-6380-3135					
服装他	運動しやすい服装・体育館シューズ					
備考	<ul style="list-style-type: none"> ・やわらかいフェルト製の円盤(パック)を棒(スティック)でゴールネットに向けてシュートして得点を競う、SOで開発した楽しいチームゲームです。 ・バスケットボールやサッカーのように攻撃と守備に分かれてプレーします。 ・個人技能の練習から始めますので、チームスポーツが初めての方や苦手な方も安心してご参加ください。 			<ul style="list-style-type: none"> ・アスリート、ファミリー、ボランティア、コーチ、参加するメンバー全員で、コートの設定からウォーミングアップ、練習までおこなっています。 ・体を動かしたい方、初めての方、女性、小学生、どなたも大歓迎です。 ・多くのアスリートに参加して欲しいので、「楽しい!」と思ってもらえるよう工夫して練習しています。 ・一緒に思いっきり汗を流したら、フロアホッケーがきっと好きになると思います。ご参加を心よりお待ちしております!! 		
	<ul style="list-style-type: none"> ・準備、後片付けは参加者全員で行います。【約20分】 ・最初に挨拶、開始ミーティング、初参加者の紹介等を行った後、ランニング、準備体操、筋トレ、心拍トレに続き、横移動練習、パス練習までを参加者全員で行います。【約60分】 ・中盤からは、競技経験や技術レベルに合わせ、それぞれに分かれての練習になります【約60分】⇒双方に専任のコーチが付きま す。 ・後半は、時間内で、繰り返しゲームを行います【約40分】⇒同じレベルで対戦するため、初参加、初心者の方でも、安全、安心してゲーム参加が可能です。 					