



走り方教室・パラ陸上・フラッグフットボール・ラクロス

# スポーツ体験会!

走り方教室、パラ陸上、フラッグフットボールまたはラクロスを1日で全て体験できます!  
講師は、全国大会出場などの実績がある神戸学院大学の指導者と大学生が務めます。  
また、伴走者として日本新記録を樹立したT&F.net KOBE 野口氏も講師としてお招きします。  
この機会にぜひご参加ください!

日時

2026年 **2月28日**(土)

開始 9時30分～終了 12時30分

会場

神戸学院大学(第6グラウンド)

〒651-2116 神戸市西区南別府2丁目5-1

定員  
費用

**150名※ 無料**

対象：西区在住・在学の小学生  
※定員数を超えた場合は抽選となります

申込

WEBページ(右記二次元コード参照)にて、必要事項を入力

申込 おでかけKOBE

期間 2025年12月15日(月)～2026年1月19日(月)



申し込みはこちら  
(当日の開催の有無など  
ご確認いただけます)

# 体験できるスポーツ

当日は3種目の体験ができます！

## 走り方教室



参加  
必須

## パラ陸上(伴走体験)



参加  
必須

## フラッグフットボール



選択制

## ラクロス



選択制

or

フラッグフットボールはアメリカンフットボールの戦略性をそのままに少人数・少スペースで安全に楽しめます。「フラッグ」を取るために作戦を立てて行うので、運動が苦手な子でも活躍できることから授業に取り入れる小学校も増えています。

ラクロスはスティックの先に網のついた「クロス」という道具でボールを扱い、シュートを決める「地上最速の格闘球技」と呼ばれるスポーツです。ネイティブアメリカンの儀式がルーツとなり、チームワークと個人技術が光ります。今回は接触プレーのない、安全な競技体験をしていただけます。

※フラッグフットボールとラクロスはどちらかのみ選択制です。ご希望に添えない場合もございますので、あらかじめご了承ください。

## 開催スケジュール

時間	内容
9:00~9:30	受付
9:30~9:40	開会式
9:40~10:00	準備体操 水分補給・移動
10:00~10:40	1部開始※
10:40~10:50	水分補給・交代
10:50~11:30	2部開始※
11:30~11:40	水分補給・交代
11:40~12:20	3部開始※
12:20~12:30	閉会式

※全体を①走り方教室②パラ陸上③フラッグフットorラクロスの3つに分け同時スタート。

## 会場案内図



問合せ 神戸市お問い合わせセンター

時間 | 年中無休 8:00~21:00

(※12月29日~1月3日は9時~17時)

TEL | 0570-083-330または078-333-3330

FAX | 078-333-3314

mail | nishi\_machi\_event@city.kobe.lg.jp

メールフォームは  
こちら  
(24時間受付)

