



# 2026 北島スポーツクラブ 種目紹介



(年齢条件を満たす限り、すべての種目に参加出来ます)

種目	活動内容
ソフトテニス (小学3年生以上) 【指導者なし】	室内で行います。昔は、軟式庭球と呼ばれた日本で考案されたスポーツです。小学生から高齢者まで楽しめます。
ラージボール 【指導者なし】	卓球と同じ台を使用しますが、卓球より一回り大きいボールを使用し、ネットも少し高くなっています。ボールはスピードも遅く、高く弾むため、初心者でも楽しめます。
ソフトバレー (小学4年生以上) 【指導者有り】	4人制のバレーボールです。柔らかいボールを使用するため、突き指などの危険性も少なく、小学生から高齢者まで楽しめます。
バドミントン (小学3年生以上) 【指導者有り】	手軽に楽しめるバドミントン。初心者大歓迎です。
バウンスボール (小学生以上) 【指導者有り】	柔らかいボールを素手で打ち、相手コートの枠内に返すテニスのようなスポーツです。小学生から高齢者まで楽しめます。