

初めてでも安心！  
プロ指導で楽しく運動習慣を

# 福岡のプロバスケットチーム ライジングブクオカによる！

開催日

令和8年 1月 25日 日

時 間:13:00~17:00

(1グループ1時間 ×3グループ)

場 所:宗像市民体育館

対象:小学生60名 500円/人

※定員に達し次第応募締め切り

メニュー

- ・準備運動
- ・ウォーミングアップ
- ・ボールハンドリング・ドリブル
- ・シュート
- ・ゲーム

RIZING ZEPHYR



応募用QR



バスケットボールの基礎を大切にしながら、楽しんで参加できる教室です。  
初めての方にも分かりやすく、経験者にはレベルに合わせて丁寧にサポートします。  
仲間と協力する楽しさや、体を動かす心地よさを一緒に体験しましょう。

## 元プロ選手が丁寧にサポート！

“バスケットって楽しい！”と思える時間をつくるのが  
私たちの役目です。  
遊び要素を取り入れながら、楽しく！  
また、実際にプロ選手が行う練習メニューを  
ご用意しています。初めての子も経験者も、  
一緒に楽しめる雰囲気づくりを大切にしています。



ライジングのOB  
現在U-18のアシスタントコーチ

薦田 拓也



スクールコーチ

田畑 桃花

【お問い合わせ】

宗像市商工会

担当：峠

〒811-3436

福岡県宗像市東郷1-3-10

TEL 0940-36-2268

FAX 0940-36-7822

協力:宗像バスケットボール協会

<https://www.munakata.or.jp/>