

外遊びが気持ちのよい季節。公園でピクニックやスポーツを楽しむように、今年には加古川でカヌーやボートを試みませんか？

わくわく 水上体験

# 加古川を 楽しもう



## カヌー・ボートのギモン

教えてください！

カヌー

初心者でも安心  
親子でワクワク！

赤崎さん家族



最初にパドルの持ち方や漕ぎ方を教えてもらい、すぐにカヌーに乗りました。揺れないか不安でしたが安定していました。



自分のペースで漕げるところが楽しい。家族と一緒にできるのもうれしいです。上級者向けなど、いろいろな種類の船があるので、乗れるようになりたいな。



スタッフさんがこつを分かりやすく教えてくれ、実践しながら少しずつ慣れていく感じ。水辺からの景色は素晴らしく、夕暮れ時にも乗ってみたいですね。



初めてでドキドキしたけど、ちゃんと前に進めたよ。水の上が気持ち良くて、楽しかったです。また乗りたい！



Q 初めてでも乗れますか？

A その日から  
楽しめます

小学生から高齢者まで幅広く楽しめます。初心者はスタッフの丁寧なレクチャー付き体験がおおすすめです。

Q 安全ですか？

A 熟練スタッフがサポートします

安定した船を使用し、天候や水状況を常に確認して安全第一で運営しています。安心して水上散歩を満喫してください。

Q どんな格好が良いですか？

A おすすめは  
動きやすい服装

日除け用の帽子があると安心です。カヌーは水しぶきで濡れる場合があるので、着替えやタオルを用意してください。ライフジャケットは貸し出します。



Q いつでも体験できますか？

A 1週間前までに  
予約が必要です

まずは電話で空き状況を確認してください。道具一式は施設で用意していますので、気軽に参加してくださいね。



くわしくはこちら



一緒に楽しみましょう！

### 知ってた？ カヌーとボートのちがいは



- ボートに固定された「オール」を漕ぐ
- 足の力も使い全身で漕ぎ、スピード感と爽快感が味わえる
- 仲間とリズムを合わせる楽しさを体験



- 固定されていない「パドル」を手を持って漕ぐ
- 散策を楽しむように自由に進める
- 視界が広く、川のせせらぎや自然観察に最適



# 加古川市立 漕艇センター



**ボート**  
**チームで挑戦!**  
上荘スポーツクラブ  
小学生~82歳の、幅広い世代が所属

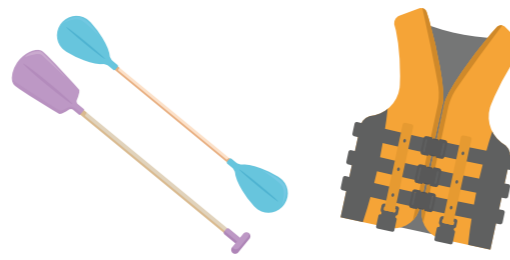
## レクリエーション利用もOK

施設内にはバーベキューができる芝生エリアやトレーニングマシン、団体用の宿泊室などもあります。サークルやグループでイベントをしたり、合宿や研修をしたりと利用の仕方はさまざまです。



## 気軽に遊びに行ける

カヌー・ボートに必要な備品はすべてレンタルできます。センター内にはトイレやシャワー室、更衣室も完備。日焼け止めや熱中症対策の水分などは必要に応じて用意してください。



**DATA**  
 上荘町井ノ口361-3  
 ☎428・2277  
 月曜日(月曜日が祝休日の場合は翌日)  
 QRコード  
 くわしくは  
 こちら

## イベントもチェック!

### カヌー・ボート体験

親子やレディースの体験教室や、季節ごとのイベントなどを随時開催しています。



くわしくは  
こちら

### 市民レガッタ

9月13日(日)

加古川に親しむイベントとして平成6年にスタートし、今年で33回目。さまざまなジャンルに分かれ、初心者でも参加できる賑やかな大会です。

申込期間:5月13日~7月31日



くわしくは  
こちら



家族や仲間と一緒に楽しもう!

**イベントを通じた交流**  
漕艇センターではイベントや大会が定期的に行われています。初めての人には体験会への参加が勧め。道具も借りられるので、友達や家族と

**息を合わせて進む**  
爽快感が魅力

私たちのクラブは老若男女が所属しています。ボートを始めた理由は、友達や家族に誘われたり、ボートの格好良さに憧れたりさまざまです。ボートは団体種目。一人一人のオールの使い方やリズム、動きを合わせる事が欠かせません。タイミングが合わないとうまく進みませんが、息が合うと一気にスピードが出ます。水面上に浮かび、風を切りながら進む爽快感は、ボートでしか味わえない特別なものです。

気軽に参加できますよ。毎年開催される「市民レガッタ」は、みんなが参加できるお祭りのようなイベント。日頃の腕を試したい人はもちろんですが「ベストユニフォーム賞」などもあり、私たちが毎年楽しみにしています。市内外から多くの人が参加するため、交流の輪が広がるのも

うれしいですね。

クラブでは、健康維持のためや趣味、競技として取り組む人など、さまざまな目的で楽しんでいます。これからも、小学生からシニアまでが同じ船に乗って笑い合えるすてきな時間を大切にしていきたいです。



みんなで  
楽しんでいます!