

نِت بال چیست؟ مشارکت کنید

چرا باید نت بال بازی کرد؟



لذت بخش است!



ورزش کودکان بهتری
را در مدرسه، می
سازد



این بازی در توان
همگان است



نت بال ورزش شماره یک
زنان و دختران در استرالیا
می باشد

برای بازی نت بال به چی نیاز دارید؟



اشتیاق



کفش ورزشی
و لباس راحت برای
ورزش کردن

کجا می توانید نت بال بازی کنید؟

برای آگاهی بیشتر از طریق ایمیل زیر تماس بگیرید
community@netballq.org.au
یا به play.netball.com.au مراجعه نمایید.

بازی نت بال چه فوایدی دارد؟



اعتماد به نفس
خویشتن را باور داشتن



کار گروهی
بازی با هم، کار با هم



تندرستی
شما را ورزیده و سالم
نگاه می دارد



معاشرت اجتماعی
پیدا کردن دوستان تازه

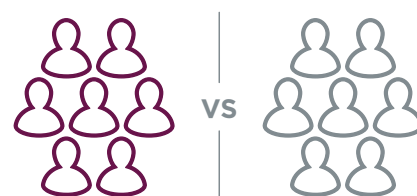
نِت بال چیست؟



هر بازیکن جای خصوصی دارد
و محدود به محل های خصوصی
در زمین بازی می باشد



هر گل 1 امتیاز دارد



نِت بال یک بازی با توپ
است که در آن 2 تیم و هر
تیم با 7 نفر بازی می کنند



بازیکن ها نمی توانند هنگامی
که توپی در دست دارند بدونند



تماس بدنی ممنوع است و
باید فاصله 3 فوت از بازیکن
دیگر را رعایت کند



یک بازی کن با توپ می تواند
تا 3 ثانیه توپ را نگه دارد
و بعد باید آن را به بازیکن
دیگری پاس دهد

