

ユーピーアールスタジアム (一部イベントで、上履きが必要です)

① 新しい健康体操体験会

時間 10:00~12:00

対象 どなたでも(ベリーダンスは女性限定)

定員 各回20名程度

主管 Boa Forma Studio

10:00~10:30スローエアロビック体験会 10:45~11:15ベリーダンス体験会 11:30~12:00健康体操体験会



② 健康になりたい人「この指(ゆび)伸(の)~ばそ！」

時間 13:00~15:30(随時受付)

対象 どなたでも

主管 (有)末永整骨院・光

「10秒で出来る身体の健康チェック」「足のお悩み解消」「姿勢改善サポート」を実施します。



③ 子ども用スポーツグッズリユース広場

時間 10:00~15:30(9:30から整理券配布)

対象 子育て世帯

定員 120組程度

主管 NPO法人うべネットワーク

子育てグッズ・子ども用スポーツグッズを必要とされる方へ無料でお譲りします。
※イベント参加には整理券が必要です。



④ 障害者スポーツコーナー

時間 13:30~15:30(随時受付)

対象 どなたでも

主管 宇部市障害者ケア協議会スポーツ部会

誰でも簡単に楽しめる卓球バレーなどの障害者スポーツ体験ができます。



⑤ 少林寺拳法体験会 & 演武会

時間 10:00~11:30

対象 体験会は3歳~

定員 体験会は10名程度

主管 少林寺拳法宇部恩田スポーツ少年団

体験会 10:00~10:50 少林寺拳法の基本、体力づくりトレーニングが体験できます。
演武会 11:00~11:30 スポーツ少年団員による演武の披露をします。



⑥ 3B体操で遊んじゃお！

時間 12:00~13:45

持参品 上履き

対象 【第一部】0~3歳の親子

【第二部】年中から小学生までの親子

主管 (公社)日本3B体操協会山口県支部

第一部 12:00~12:45 親子3B体操 親子のスキンシップ、産後の体型・体力向上。
第二部 13:00~13:45 ジュニア3B体操 運動遊びや体力アップエクササイズが体験できます。



⑦ 親子でノリノリダンス

時間 14:30~15:30

持参品 上履き

対象 親子(幼児から参加OK)

定員 30名程度

主管 スズカダンススクール

親子で楽しく踊っちゃおう！



⑧ 太極拳講習会

時間 10:00~12:00

持参品 上履き

対象 どなたでも

定員 50名程度

主管 日本中国友好協会山口県連合会太極拳支部

初心者(簡化24式太極拳)・経験者(48式太極拳)を指導します。



⑨ 親子で楽しい体育教室

時間 13:00~15:30(随時受付)

対象 親子

主管 (株)防長スイミングサークル

体育器具を使ったアスレチックが体験できます。跳び箱・マット・鉄棒にチャレンジしよう！

第一部 13:00~13:50 アスレチックあそび(幼児対象)

第二部 14:00~14:50 マット・跳び箱・鉄棒チャレンジ(小学生対象)

第三部 15:00~15:30 プレイバルーンあそび(幼児以上)



⑩ 女性の心と身体に嬉しいコラボ♪

時間 10:00~14:00(随時受付)

対象 あらゆる世代の女性&子ども

主管 NPO法人日本マタニティ整体協会

整理収納...整理収納アドバイザーによる女性に嬉しい片付け相談ができます。
アロマ...バスルーム・バスソルト作りが体験できます。
ネイル...爪を伸ばさないジェルネイル(パラジェル)をサンプルの中から1本体験できます。
お家のなんでも相談...建築士・インテリアコーディネーターの心地の良い家にする為のアドバイスをします。
ペーパークラフト...簡単なマッサーとファーストサインの基本をあそびながら体験します。
身体のなんでも相談...姿勢や歩き方のアドバイス、疲れにくい抱っこ紐の使い方を指導します。



⑪ はじめてのヨガ

時間 14:30~15:15

対象 ヨガがはじめての方、経験のある方も参加可能(18歳以上、高校生除く)

定員 10名程度

主管 Yoga Salon KULAM

ヨガを身近に感じて頂けるよう基本的な指導を行います。



⑫ うちゅういち決定戦

時間 13:00~17:00(12:00~受付)

対象 山口県内の小学3~6年生と
その保護者(2人1組)

募集人数 90組180人

申込 ①大人氏名(年齢)・子ども氏名(学校・学年)②住所③電話番号

申込先 宇部市体育協会 TEL31-1507、FAX21-7138

参加料 2人1組1,000円(当日徴収)

締切 9月16日(金) 主管 (公財)宇部市体育協会

スポーツ親子NO.1を決める戦い。事前申し込みが必要です。



陸上競技場

⑬ スポチャレ祭2016(ニュースポーツフェスティバル&体力測定)

時間 10:00~15:30(随時受付)

対象 どなたでも

主管 宇部市スポーツ推進委員協議会

チャレんじ体力測定...体力測定を実施し、体力年齢が判定できます。握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・50m走・ソフトボール投げ等、チャレンジデー全国共通イベント「ロープジャンプ」が体験できます。その他、ニュースポーツとノルディックウォーキングも体験できます。チャレンジデー連携イベント「ロコモチェック」を実施します。(健康運動指導士が担当)



俵田翁記念体育館 (上履きが必要です)

⑭ 車いすバスケットボール体験会

時間 10:00~12:00(随時受付)

対象 どなたでも

持参品 上履き

主管 宇部市障害者ケア協議会スポーツ部会

車いすバスケットボール選手と触れ合って、車いすバスケットボールが体験できます。



⑮ 空き缶積み上げ体験会

時間 10:00~12:00(随時受付)

対象 どなたでも

主管 宇部市スポーツコミッション事務局

チャレンジデー全国共通イベント「空き缶積み上げ」が体験できます。



⑯ バブルサッカー体験会

時間 10:00~12:00(随時受付)

対象 どなたでも

持参品 上履き

主管 宇部市スポーツコミッション事務局

スポーツをしない人・苦手な人も楽しめる「バブルサッカー」が体験できます。

