


第15回あそびフェスタ in Goppo どなたでも

対象者: どなたでも
 場所: 総合型地域スポーツクラブGoppoええぞなクラブ
 時期: 6月10日(日)10時～15時
 内容: 親子ラダーゲッター大会とニュースポーツ、昔あそびコーナーがあります。※親子ラダーゲッター大会のみ事前申込が必要です。
 申し込み: 氏名、学年又は年齢、住所、連絡先を記入の上、下記住所又はFAXでお申し込みください。
 住所/宇部市東岐波4138-11 FAX/0836-39-6336
 問い合わせ先: 総合型地域スポーツクラブGoppoええぞなクラブ (担当: 赤川) TEL 090-3175-6144

ときわ湖畔ウオーク どなたでも

対象者: 宇部市民
 場所: ときわ湖水ホール
 時期: 6月12日(火) 9時50分～ (受付は9時30分開始)
 内容: ときわ公園内をウォーキング ※小雨決行
 申し込み: 不要
 問い合わせ先: 宇部市保健センター
 TEL 0836-31-1777
 FAX 0836-35-6533



宇部の秘境で梅狩り&ウォーキング 成人


場所: 【集合】今富ダム駐車場(宇部市今富)
 時期: 6月18日(月)10時～13時
 内容: 今富ダムに集合し、梅狩り場所の萩ノ本梅園を目指しウォーキング(片道約2.5km)。萩ノ本梅園では無農薬で育った梅の収穫体験♪その後、梅見小屋で夏バテ予防にぴったりの梅シロップを作ります!
 申し込み: 要
 氏名・生年月日・住所・電話番号を明記の上、TEL・FAX・MAILのいずれかの方法で、下記までお申し込みください。
 問い合わせ先: 宇部市スポーツコミッション事務局
 TEL 0836-34-8629 FAX 0836-22-6083
 MAIL usc@helen.ocn.ne.jp

第27回着衣水泳講習会 子ども

参加資格: 50M以上泳げる小学4年生～中学3年生までの児童・生徒で保護者の承諾のある者
 場所: (株)防長スイミングサークル・プール
 時期: 6月23日(土)9時～11時30分
 内容: 水辺で遊んで、万が一水難事故に遭遇してしまったときに、どのように対処したらよいかということ、実践を踏まえて、学んでいく講習会です。
 申し込み: 専用申込書有(宇部市スポーツコミッションHPよりダウンロードできます)
 問い合わせ先: 防長スイミングサークル
 TEL 0836-22-1133


ノルディックウォーキング講習会 成人

対象者: どなたでも
 場所: ときわ公園スポーツ広場・遊歩道
 時期: 6月24日(日)9時30分～11時45分
 内容: 2本の専用ポールを使用した、体に負担のない、効率的なウォーキングの講習会です。
 申し込み: 事前申込(参加料は当日: 1名500円)
 問い合わせ先: 公益財団法人宇部市体育協会
 TEL 0836-31-1507
 FAX 0836-21-7138




市民ミニサッカー大会 高校生以上

対象者: 宇部市在住在勤の高校生以上
 場所: ときわ公園スポーツ広場サッカー場
 時期: 7月23日～27日 18時50分～21時
 内容: 1チーム5～10名(競技は5名)
 申し込み: 事前申込要、6月28日締切
 参加料1チーム3,000円
 問い合わせ先: 公益財団法人宇部市体育協会
 TEL 0836-31-1507
 FAX 0836-21-7138




恩田プール一般開放 どなたでも

対象者: どなたでも
 場所: 恩田運動公園水泳プール
 時期: 7月1日～8月31日
 内容: 午前9時～13時、午後14時～18時
 高校生以上: 160円、中学生以下: 70円
 3才未満無料、休館日あり
 申し込み: 不要
 問い合わせ先: 公益財団法人宇部市体育協会
 TEL 0836-31-1507
 FAX 0836-21-7138



運動会必勝塾 小学生

対象者: 宇部市内小学生
 場所: 恩田運動公園陸上競技場
 時期: 8月26日(日)(予定)
 午前の部10時～12時(定員50名)
 午後の部13時30分～15時30分(定員50名)
 内容: 早く走るためのコツを伝授します。
 申し込み: 事前申込要
 (申込期間: 7月30日(月)～8月3日(金)まで)
 参加料は当日: 1名500円
 問い合わせ先: 公益財団法人宇部市体育協会
 TEL 0836-31-1507 FAX 0836-21-7138



宇部市では、「自分に合った運動量を意識して、運動を日常生活の中に取り入れよう」を目標に、「今より10分多く体を動かす」＝「プラス10」を推進しています!