

参加方法

スポーツうべたんプログラムの参加は予約制です。 ※但し、定員になり次第締め切りとなります。(先着順)

参加したいプログラムを選んで今すぐ予約しよう！ 電話または事務所窓口で受付中！！

事務所窓口

特定非営利活動法人うべネットワーク
うべ探検倶楽部

〒755-0029
宇部市新天町一丁目 2-36 まちづくりプラザ 2F
宇部市民活動センター「青空」内

☎ 0836-39-7460

受付時間 10:00 ~ 17:00 (月~金) ※祝日は除く。

※内容、残席数等は、ホームページでご確認いただけます。 <http://ubetan.jp>

注意事項

- ※ 参加人数の変更・キャンセルは予約締切日までに必ずお電話にてご連絡ください。プログラムによっては、キャンセル料が発生する場合があります。
- ※ 荒天時等、日程の変更・中止については実施日前日までに連絡します。
- ※ プログラムには会場・集合場所の住所を明記しています。事前にお調べの上お越しください。ホームページで各プログラム毎に地図を掲載しています。「会場駐車場なし」のプログラムや、駐車場が満車の場合は、お近くの有料駐車場等をご利用ください。ご不明な場合はうべ探検倶楽部までお問い合わせください。
- ※ 会場・集合場所へは開始 15 分前までにお越しいただき、受付をお済ませください。参加料は、当日精算となります。なるべく、釣り銭の出ないようご準備ください。
- ※ プログラム中、スタッフが記録写真を撮影します。写りたくないなどの場合は、当日受付時にお申し出ください。撮影した写真はインターネット、ガイドブック等の媒体に使用することがあります。

宇部市スポーツコミッション × うべ探検博覧会

2020

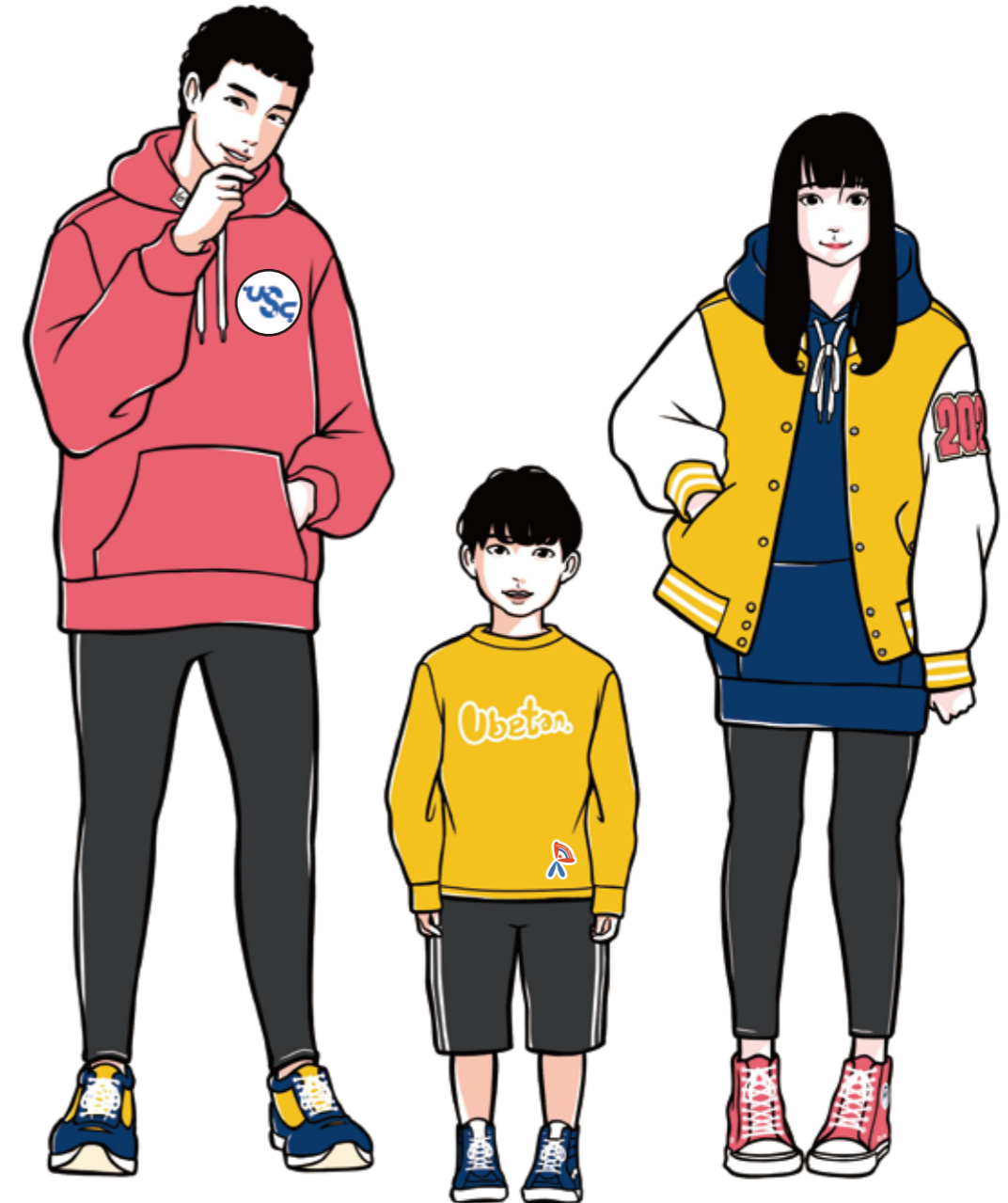


うべたん



スポーツ・ヘルスツーリズム

宇部市スポーツコミッションでは、市内の観光資源を活用し、食や運動を組み合わせた着地型のスポーツ・ヘルスツーリズムを企画しました。宇部の新たな魅力を発見し、スポーツを楽しみながら健康づくりができるプログラムとなっています。たくさんのご参加お待ちしております。



楽しみ、もっと好きになる。

開催期間

2020

4/2 木 ~ 6/28 日

予約受付中！

チャレンジデー

2020 in UBE

日時 2020年 5月27日(水)
0時~21時実施

チャレンジデーとは、

15分以上続けて体を動かした人の参加率を他の自治体と競う住民総参加型のスポーツイベント。参加は簡単！

当日に市内で15分以上続けて体を動かして電話・FAX・メールなどで事務局に報告するだけ。スポーツだけでなく、家でのストレッチ、徒歩や自転車での通勤、愛犬との散歩など、15分以上継続した運動なら何でもOK！



【主催】宇部市チャレンジデー実行委員会 【問い合わせ先】(一社)宇部市スポーツコミッション TEL: 0836-39-7653

【主催】(一社)宇部市スポーツコミッション 【共催】特定非営利活動法人うべネットワーク
【後援】宇部市、(一社)宇部観光コンベンション協会、宇部日报社、山口宇部経済新聞、FMきらら

01 開催日 4/2 (木) お菓子お茶付 会場駐車場 予約締切 3/30 (月)



新川散策と馬場良治氏の作品を探訪&お寺でストレッチ体験
新川さくらウォークと浄円寺でお寺ストレッチ

■集合 宇部新川駅前
■時間 10:00～12:00 ■料金 1,000円
■定員 20名 (最小催行人数:10名)
【用意】動きやすい服装 (スカート不可)、タオル、飲み物

新川周辺をぶらり散策。大正元年に建立された浄円寺の壁画は圧巻です。馬場良治氏修復の天井絵や襖絵を鑑賞し、お寺で日頃取り組めるストレッチを行います。ストレッチの後は、和菓子の老舗「いのくま」のお菓子でほっこりくつろぎましょう。

対象 どなたでも
※中学生以下は保護者同伴



パートナー
うべ探検倶楽部

02 開催日 4/4 (土) おみやげ付 会場駐車場 予約締切 4/1 (水)



二侯瀬を楽しく散策♪旬のイチゴとアスパラの収穫!
酒蔵見学&二侯瀬さくらウォーク～収穫体験付～

■集合 永山本家酒造場 (宇部市車地 138)
■時間 10:00～13:00 ■料金 1,500円
■定員 20名 (最小催行人数:10名)
【用意】汚れても良い服装、靴、はさみ

地酒「貴」で有名な永山本家酒造場の酒蔵を説明付きでご案内。春爛漫の桜つつみ公園をウォーキングして、二侯瀬育ちの旬の美味しいイチゴとアスパラガスの収穫体験をします。収穫した果物と野菜はお土産としてお持ち帰りいただけます。

対象 どなたでも
※中学生以下は保護者同伴



パートナー
永山本家酒造場、山田ファーム

03 開催日 4/5 (日)、5/2 (土)、6/7 (日) お菓子お茶付 会場駐車場 予約締切 開催3日前



0歳から初める火育教室
火起こしをマスターして焼きマシュマロを食べよう!

■集合 宇部ときわ湖畔ユースホステル (宇部市開三丁目 6-1)
■時間 ①10:00～11:30 ②13:00～14:30 ■料金 1,500円
■定員 各20名 (最小催行人数:6名)
【用意】軍手、レジャーシート、マイコップ

自然豊かな湖の畔で、薪集めから火起こし、お湯を沸かしてからココアを飲んだりマシュマロを焼いて食べちゃいましょう! 小さなお子様でも安全な手の平サイズの焚火台を使って、火について遊びながら学べます。

対象 どなたでも
※中学生以下は保護者同伴



パートナー
touch the wild

04 開催日 4/13 (月) お弁当付 会場駐車場 予約締切 4/10 (金)



絶景の棚田と手作り展で心のこもったおもてなし♪
棚田ウォークで春を感じよう～特製お弁当付～

■集合 旧吉部小学校 (宇部市東吉部 3397)
■時間 10:30～14:30 ■料金 1,000円
■定員 15名 (最小催行人数:10名)

棚田を眺めながらのウォーキングのため、坂道の上下りがあります。
【用意】歩きやすい服装・多少汚れてもよい靴、飲み物・雨天時は雨具 (小雨決行)
『棚田の里の手作り展』を歩いて巡ります。手作り展では地元の方から心のこもったおもてなしが受けられます。昼食は「吉部米」おむすびと野菜たっぷりの kitchen846 特製弁当をご用意します。絶景の棚田を眺めながらお召上がりください。

対象 大人向け
※子ども参加可能



パートナー
kitchen846

05 開催日 4/19 (日) お菓子お茶付 会場駐車場 予約締切 4/16 (木)



最新! スポーツ電動自転車で坂道が平らに感じる!
e-bike でトレジャーハントサイクリング

■集合 アクトビレッジおの (宇部市小野 7025)
■時間 9:00～12:00 ■料金 2,000円
■定員 5名
お申込み時に身長をお伝えください。1時間程度のサイクリングを行います。
【用意】運動しやすい服装 ※電動自転車・ヘルメットはコチラで用意いたします。

スポーツ自転車の乗り方をマスターし、スポーツ電動自転車 (e-bike) を使い10kmほどツーリングに出かけます。出発地の湖畔を北上し国の天然記念物「吉部の大岩郷」などをめぐり、コース途中では春を感じる木々の緑や花々を眺めながらゆっくりと楽しみます。

対象 大人向け



パートナー
サイクリング・サロン・ヒロシゲ宇部店

06 開催日 4/26 (日) お菓子お茶付 会場駐車場 予約締切 4/23 (木)



最新! スポーツ電動自転車で坂道が平らに感じる!
e-bike でトレジャーハントサイクリング

■集合 楠こもれびの郷 第3駐車場 (宇部市西万倉 1662-1)
■時間 9:00～12:00 ■料金 2,000円
■定員 5名
お申込み時に身長をお伝えください。1時間程度のサイクリングを行います。
【用意】運動しやすい服装 ※電動自転車・ヘルメットはコチラで用意いたします。

スポーツ電動自転車の扱い方や、スポーツ自転車の乗り方をマスターし、スポーツ電動自転車 (e-bike) を使い10kmほどツーリングに出かけます。目的地の千林尼が托鉢で集めた浄財で作った峠の石畳などの市の天然記念物をめぐりルートになっています。

対象 大人向け



パートナー
サイクリング・サロン・ヒロシゲ宇部店

07 開催日 6/14 (日) 会場駐車場 予約締切 6/11 (木)



琴崎八幡宮でレノファ山口 FC の勝利祈願&運動教室
レノ丸と勝利祈願&レノファ山口 FC 運動教室

■集合 琴崎グラウンド (琴崎八幡宮となり)
■時間 9:30～11:00 ■料金 800円
■定員 年中・年長20名、小1・小230名
【用意】運動靴、タオル、飲み物、動きやすい服装

レノ丸と一緒に、歴史ある琴崎八幡宮でレノファ山口FCの勝利を祈願しよう! その後は、運動が苦手なお子様にも運動の楽しさが実感できる、ボールを使ったトレーニングを行います。教室の最後に集まったみんな楽しくサッカーをします!

対象 年中～小2
※保護者同伴



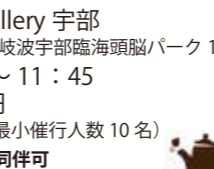
パートナー
NPO 法人レノファ山口スポーツクラブ

08 開催日 4/14 (火) お弁当付 会場駐車場 予約締切

尿もれ&肩こり解消。ゆるヨガで心と身体をゆるめよう
女性の為のレッスン&ゆるヨガコラボ

■集合 三和 Gallery 宇部 (宇部市西岐波宇部臨海頭脳パーク13)
■時間 9:30～11:45
■料金 1,000円
■定員 18名 (最小催行人数10名)
未就学児同伴可
【用意】動きやすい服装、フェイスタオル
ヨガマットまたはバスタオル

【9:30～11:00】舌筋から骨盤底筋までの体幹を自分のペースで鍛える BODY レッスン
【11:00～11:45】身体を動かすヨガ&笑いヨガ
【12:00～】宇部市食彩店認定霜降りカフェ弁当を囲んでの親睦会 (自由参加、お弁当は持ち帰り可能です。)



予約締切 4/10 (金) 対象 女性限定

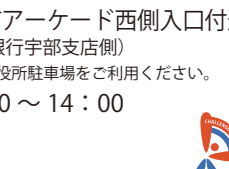
パートナー
NPO 山口ヒメ倶楽部

09 開催日 4/22 (水)、5/27 (水) おみやげ付 会場駐車場 予約締切

当日参加 OK! マンスリーチャレンジデープログラム
新天町アーケード健康ウォーキング教室

■集合 新天町アーケード西側入口付近 (山口銀行宇部支店側)
※宇部市役所駐車場をご利用ください。
■時間 13:30～14:00
■料金 無料
■定員 20名
【用意】動きやすい服装

新天町アーケードにて毎月1回ペースで開催する健康ウォーキング教室です。健康づくりに効果的な歩き方を習って、みんなで元気に健康に新天町アーケードを歩きましょう! 参加者特典としてもれなく粗品をプレゼントします。



予約締切 当日参加可 対象 どなたでも

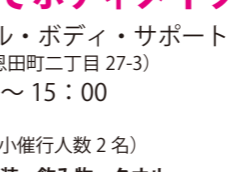
パートナー
宇部新天町名店街協同組合

10 開催日 4/26 (日)、5/24 (日) おみやげ付 会場駐車場 予約締切

運動は“運”を動かす 令和は自分を変える!
筋トレ&格闘技エクササイズでボディメイク

■集合 トータル・ボディ・サポート (宇部市恩田町二丁目 27-3)
■時間 13:00～15:00
■料金 500円
■定員 6名 (最小催行人数2名)
【用意】運動できる服装、飲み物、タオル

ご自宅でもできる筋トレと格闘技エクササイズを体験するクラスです。パーソナルトレーナー&武道家の指導者が「正しい・楽しい・気持ちいい・体づくり」を教えます。お土産にタンパク質が豊富な「宇部かま」をプレゼント。



予約締切 開催3日前 対象 成人女性限定

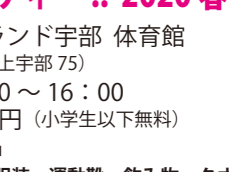
パートナー
トータル・ボディ・サポート

11 開催日 5/24 (日) おみやげ付 会場駐車場 予約締切

大人も子どももパーティ感覚でダンスを楽しもう!
ZUMBA®~レッツ・ダンス・パーティー!! 2020 春~

■集合 ココランド宇部 体育館 (宇部市上宇部 75)
■時間 14:00～16:00
■料金 2,500円 (小学生以下無料)
■定員 100名
【用意】歩きやすい服装、運動靴、飲み物、タオル

世界中で人気のダンスフィットネス。インストラクターの動きに合わせて踊るだけ! しっかり動いて脂肪燃焼! 初めての方もぜひ、参加してみてくださいね。(JWI 承認番号 14287) 今回初、じゃんけん大会でときわ動物園の入場券を10名様にプレゼント!!



予約締切 5/21 (木) 対象 どなたでも

パートナー
フィットネスライフ Y