

タタラスポーツ邑だより

<http://tatara-sportsmura.com/>



リフレッシュパーク&スポーツの森

夏本番、万全の健康管理を

梅雨の前半は西日本地方は少雨で晴れの日が多く、運動すると汗ばむ陽気が続いていましたが、後半は梅雨らしいじめじめした長雨が続きそうです。リフレッシュパークでは、2年間コロナで中止していた夏のプールの一般開放に向けて、ボランティアによるプール清掃を行いプール開きの準備が整いました。スポーツの森は、夏の高校野球選手権の県決勝大会に向けて、最高のコンディションで試合ができるよう、今からグラウンドや芝生の管理を念入りに仕上げていきます。さあ、これから本格的な夏を迎えます。日差しが強く、湿度と気温が高い日が続きますので、スポーツされる方はもちろん、観戦や応援の方も水分補給と休憩を十分にとって、熱中症対策を十分に行いましょう。

やまぐちリフレッシュパークNEWS

7/21(木)からプールの一般開放が始まります

- ・ 利用料金 大人210円、子ども100円
- ・ 利用時間 1回目…9:30~12:00
2回目…13:00~17:00
- ・ 定員 1回目2回目ともに125名

市民プールで暑い夏を涼しく過ごしませんか。清掃も終え、きれいな水で輝いています。開放日は左表のとおりです。ご利用お待ちしております。

入場を制限する場合があります。

ボランティアのご協力ありがとうございました！！

2年ぶりのプール一般開放に向け、リフレッシュパークのクラブ員の皆さんやそのご家族、大内中学校水泳部の皆さん、一般からの皆さんのご協力を得て、6月19日(日)にプール掃除を行いました。例年にもまして、スムーズに、きれいなプールになりました。皆さんのご協力大変ありがとうございました。

山口市スポーツの森、山口マツダ西京きずなスタジアムNEWS

第104回全国高等学校野球選手権山口大会開催

山口大会が7月9日(土)から始まります。当球場では、準々決勝から決勝まで予定されています。甲子園での全国大会を目指して熱戦が繰り広げられます。「山口マツダ西京きずなスタジアム」も球児と高校野球ファンをお迎えします。

- 準々決勝 7月21日(木) 7月22日(金)
- 準決勝 7月24日(日)
- 決勝 7月26日(火)

※ 天候により、日程が変更する場合があります。確認のうえ、お越してください。

リフレッシュパーク

7月行事予定

日程	行事名
2日 (土)	山口県スポーツ少年団剣道選考会 ペット販売 (第3駐車場)
3日 (日)	全日本ドッジボール選手権山口県大会 ペット販売 (第3駐車場) ソフトボール県知事旗二部争奪地区予選
9日 (土)	小学生剣道定期練成会 参議院議員選挙
10日 (日)	親子でコーディネーション運動 大内地区フリーソフトボール大会
12日 (火)	レディースダブルス卓球大会
15日 (金)	山口市老人クラブ連合会山口支部カローリング大会
16日 (土)	山口市夏季オープンバドミントン大会
17日 (日)	全国社会人西ブロックバレー大会 tysテレビ山口杯争奪ソフトボール大会
18日 (月)	会長杯小学生バレーボール大会
21日 (木)	山口県中学校ソフトボール選手権大会
22日 (金)	山口県中学校ソフトボール選手権大会
23日 (土)	山口県中学校ソフトボール選手権大会 コロナワクチン接種会場
24日 (日)	コロナワクチン接種会場
25日 (月)	山口県中学校バレーボール選手権
26日 (火)	山口県中学校バレーボール選手権
30日 (土)	小学生剣道定期練成会 三師会テニス大会
31日 (日)	全国ママさんバレーボールいそじ大会 読売杯争奪ソフトボール大会

スポーツの森

7月行事予定

日程	行事名
2日 (土)	県鴻城高校野球部交流試合 県知事杯野球大会 学童 市内予選
3日 (日)	西京高校野球部交流試合 県知事杯野球大会 B 市内予選
9日 (土)	県知事杯野球大会 学童 市内予選
10日 (日)	県知事杯野球大会 C 市内予選
16日 (土)	全日本少年春季軟式野球大会 中学
17日 (日)	県知事杯野球大会 C 市内予選
21日 (木)	山口県高野連全国高等学校山口県決勝大会 準々決勝2試合
22日 (金)	山口県高野連全国高等学校山口県決勝大会 準々決勝2試合
24日 (日)	山口県高野連全国高等学校山口県決勝大会 準決勝2試合
26日 (火)	山口県高野連全国高等学校山口県決勝大会 決勝

7月15日号市報掲載 スポーツの森のスポーツ教室

☆かんたんヨガ

- ・ 9月15日(木)～11月24日(木) 10回
- ・ 13:30～15:00
- ・ ヨガに興味のある成人男女
- ・ 受講料 5,000円

☆親子クラブづくり教室

- ・ 9月11日(木・祝)
- ・ 9:00～12:00
- ・ 山口市内の小学生親子
- ・ 受講料 低学年6,000円、高学年10,000円

7月15日から受付を開始します。締め切りは7月30日(土)で

お申し込みは電話またはFAXで、詳しいお問い合わせは、山口市スポーツの森まで
 お願いします。 TEL 083-928-1120 FAX 083-928-1238

楽しみながら運動効果抜群 おすすめニュースポーツ No.7

『チャレンジ・ザ・ゲームその⑤』 「ゴム・ダンス・”ステッピョン”」

リズムキーパー2人・跳び役3人以上(計5人以上)で、何人が規定のステップを行うことができたかを競うゲームです。規定のステップとは「かけ・そと・なか・そと・とんで・かけ・そと・なか・そと・とぶ」という掛け声で、2人のリズムキーパーが足首にゴムをかけて向かい合い、1分間に96拍以上の速さを手拍子などの楽しい方法でリズムキープを行い、跳び役が何人跳べたかを数えます。

『チャレンジ・ザ・ゲームその⑥』 「ロープ・ジャンプ・X」

長さ10mのロープを使った縄跳びで、3人以上であれば何人でも楽しめます。小さいグループでも、学校のクラス単位でも競い合えるのが魅力です。運動量もあり、子どもから壮年の方まで、幅広い人たちに人気があります。3回チャレンジができ、跳んだ人数×回数の合計ポイントでそれぞれのチームの最高記録で競います。

タタラスポーツ邑

やまぐちリフレッシュパーク

TEL 083-927-7211

山口市スポーツの森

TEL 083-928-1120