8月行事予定 リフレッシュパーク

日程		行事名
4日 (木)		山口市老人クラブフォークダンス
68	(土)	山口中もパブラブラップ フラブス
	(日)	山口市夏季ハンドボール教室
7日		
		Bクラスソフトボール大会
9日	(火)	やまぐちレディースダブルス卓球大会
10⊟	(水)	女性教員のための体育研修会
	(木)	山口大学バドミントン部OB戦
11⊟		山口市民バスケットボール大会
		サッカーU-15チャンピオンズ2部3部リーグ
13⊟	(土)	山口市近郊女子バレーボール大会
440	(日)	山口市近郊女子バレーボール大会
14日		山口市剣道講習会三段以下審査会
17⊟	(水)	県小体連研修会
19⊟	(金)	グラウンドゴルフエンジョイスポーツ大会
20日	(土)	コロナワクチン接種会場
200		山口市地域行政連絡協議会ソフトボール大会
21日	(日)	コロナワクチン接種会場
210		Aクラスソフトボール大会
22日	(月)	秋季山防支部高校卓球大会
23日	(火)	山口県職員労働組合山口支部ソフトボール大会
27日	(土)	大内地区卓球大会
		山口市職員親睦ソフトバレー大会
		高倉荒神旗争奪少年野球大会
28⊟	(日)	エンジョイスポーツスポ少バレーボール大会

楽しみながら運動効果抜群!! オススメニュースポーツ Me8

『チャレンジ・ザ・ゲームその⑦』

「チームテンカボー

キャッチの仕方でポイントが変わるボールスロー&キャッチ のゲームです。制限時間内にどれだけポイントを獲得できるか を楽しみます。取りやすいようにスローして、高得点をかせげる キャッチを続けてみましょう! 両手キャッチは1ポイント、クロス キャッチは2ポイント、カニばさみ・カエルキャッチは3ポイントを 獲得することができます。



『チャレンジ・ザ・ゲームその®』 「スピード・ラダーゲッ

ボールを投げて、全てのラダーにどれだけ早くかけれるかを楽 しむゲームです。1チーム3~6人で、先頭だけ専用ボールを 持って、縦一列にスタートラインに待機します。スタートの合図 から全てのラダーに1個ずつボールがかかった後、全員でラ ダーを同じ方向に周回して戻るまでのタイムを計時します。競技 時間3分を越えないように早くボールをラダーにかけることがポ イントとなります。



スポーツの森

8月行事予定

日程		行事名
6⊟	(土)	郵便局長杯西京旗争奪少年野球大会
7⊟	(日)	郵便局長杯西京旗争奪少年野球大会
8日	(月)	郵便局長杯西京旗争奪少年野球大会
9⊟	(火)	山口高校 山口リーグ
10⊟	(水)	山口高校 山口リーグ
11⊟	(木)	タタラスポーツ邑 グローブ作り教室
14⊟	(日)	県知事杯軟式野球大会 市内予選
20日	(土)	スポ少指導者ナイター
		県知事杯軟式野球大会 学童 市内予選
21日	(日)	県知事杯野球大会 C 市内予選
24⊟	(水)	中国五大学準硬式野球大会
25⊟	(木)	中国五大学準硬式野球大会
26⊟	(金)	中国五大学準硬式野球大会
28⊟	(日)	県知事杯軟式野球大会 市内予選

スポーツの森のスポーツ教室

☆かんたんヨガ

受講	期間	9/15 (木) ~11/24 (木)	100
時	間	13:30~15:00	
対	象	ヨガに興味のある成人男3	女
受制	冓 料	5,000円	
申込受	付期間	7/15(土)~8/10(土)	



☆親子グラブづくり教室

開催	 日	8/11 (木・祝)
時	間	9:00~12:00
文寸	象	山口市内の小学生親子
受請	構料	低学年6,000円、中高学年10,000円
申込受	付期間	7/15(土)~7/30(土)



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 Tel 083-928-1120 FAX 083-928-1238 お願いします。



タタラスポーツ邑

やまぐちリフレッシュパーク 1083-927-7211 山口市スポーツの森 1083-928-1120