

【問】問合せ

生涯学習スポーツ振興課

☎989-13110

①親子カヌー教室

海洋性スポーツ体験を通し、自然環境の大切さを学び、団体活動における協調性を養うことなどを目的に、親子カヌー教室を開催します。

【日時】8月19日(日) 午前9時から

【場所】海中道路

(海の駅あやはし館周辺海面)

【定員】20組(40人)

【対象】親子(子は小学生以下)

【参加料】500円/人(保険料含む)

※その他シャワー代金等は自己負担

【申込期間】7月16日(月)～

8月12日(日)

※定員に達し次第締め切ります。

【申込方法】生涯学習スポーツ振興課

または市内各体育施設事務所に申込書および参加料を提出。

【問】生涯学習スポーツ振興課

☎989-13110

②成人初心者ゴルフ教室

ゴルフの正しい知識および体力づくり・健康増進と心身のリフレッシュを目的に「成人初心者ゴルフ教室」を開催します！

【日時】8月6日(月)～9月5日(水)

午後7時～9時

毎週月・水曜日(計10回)

【場所】美原ゴルフレンジ

【定員】25人

【対象】市内在住の成人でゴルフ初心者

【参加料】500円(保険料含む)

※ただし、ボール代として1,000円を毎回徴収する。

【申込期間】7月9日(月)～31日(火)

【申込方法】生涯学習スポーツ振興課

または市内各体育施設事務所に申込書及び参加料を提出。

【問】生涯学習スポーツ振興課

☎989-13110

③うるま市学童水泳大会

学童相互が水泳を通して、健康な身体づくりとスポーツマンシップを養い夏休み期間中の青少年健全育成に努めることを目的に、「うるま市学童水泳大会」を開催します。

【日時】7月22日(日) 午前9時から

【場所】石川プール

【対象】市内在住の小学生

【参加料】100円/人(保険料含む)

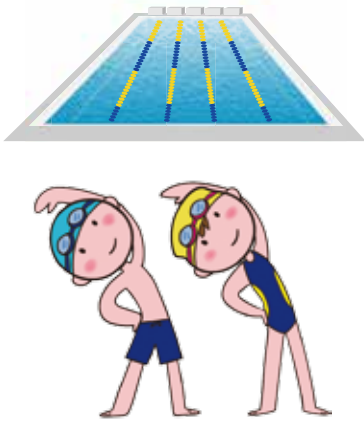
【申込期間】7月1日(日)～18日(水)

【申込方法】生涯学習スポーツ振興課

または市内各体育施設事務所に申込書及び参加料を提出。

【問】生涯学習スポーツ振興課

☎989-13110



④水中エクササイズ教室

水中エクササイズ教室では音楽に合わせて体を動かすことによって陸上比べて衝撃が少なく、効率よく有酸素運動を行うことが出来ます！ぜひご参加ください。

【日時】7月24日(火)・26日(木)・31日(火)・8月2日(木)・7日(火)

午後7時～9時

【場所】石川市民プール

勝連B&Gセンタープール

【定員】各施設30人

【対象】市内在住の小学生

【参加料】500円(保険料含む)

※申込時に徴収

【申込期間】7月1日(日)～20日(金)

【申込方法】生涯学習スポーツ振興課

または市内各体育施設事務所に申込書および参加料を提出。

【問】生涯学習スポーツ振興課

☎989-13110

県立石川青少年の家

☎964-13263

①自然とふれあう家族の集い

「親子でカヌー・バナナボート体験」

親子で一緒に海洋スポーツの楽しさを体験してみませんか。

【日時】7月29日(日)

午前9時～午後12時30分

【場所】「海中道路・海の駅」

※現地集合・現地解散

【対象】小学生以上の親子

【定員】30人程度

【参加料】1人 3,000円

【内容】クリーン活動、カヌー、バナナボート体験

【持ち物】飲み物、タオル、着替え等 ※詳細については、お問い合わせください。

【申込期間】7月17日(火)～24日(火)

午前9時～午後5時まで

※定員に達し次第締め切ります。

【問】県立石川青少年の家

☎964-13263

②第3回 健康づくり 石川岳登山

健康県民をめざして日頃から歩く習慣を身につけ、健康保持増進に努めましょう。石川岳登山は変化に富んだコースで体力を培いながら自然を満喫できます。ぜひご参加ください。

【日時】8月11日(土)「山の日」

午前9時～午後2時

※小雨決行

【対象・定員】成人(20人程度)

※定員に達し次第締め切ります。

【参加料】1人あたり、800円(資料代、保険料含む)

【申込期間】7月25日(水)～8月3日(金)

午前9時～午後5時まで

【集合場所】県立石川青少年の家

【持ち物】水、弁当、軍手、タオル、帽子、着替え、雨具等

【服装】野外活動に適した服装(長袖、長ズボン) 山歩きに適した靴等

【申込先/問】県立石川青少年の家へ

お電話にてお申し込みください。

☎964-13263 担当:天久昇