

スポーツあれこれ

体育施設の個人利用日

穴生ドーム(八幡西区鉄竜一丁目、☎645・6691) 9月2日(日)～4日(火)・6日(木)・7日(金)・10日(月)～14日(金)・16日(日)・18日(火)～21日(金)・23日(祝)～28日(金)。
総合体育館(八幡東区八王寺町、☎652・4001) 9月3日(月)～7日(金)・10日(月)。

レクリエーション協会のスポーツ教室
①年長者ニユースポーツ教室 9月7日～12月28日のおおむね毎週金曜日(全16回)14～16時、的場地体育館(八幡西区的場町)で。週50歳以上。

②健康ニユースポーツ教室 10月5日～来年3月22日のおおむね毎週金曜日(全24回)13～15時、三萩野体育館(小倉北区三萩野三丁目)で。
③太極拳で楽しくシエイプアップ 10月5日～12月21日のおおむね毎週金曜日(全11回)15～17時、城野体育館(小倉南区八幡町)で。

「こころ豊かに」太極拳教室

9月6日～11月22日のおおむね毎週木曜日(全9回)13～14時30分、山田緑地(小倉北区山田町)で。週18歳以上。週先着10人。料各回500円。ヨガマットなどが必要。
申 9月3日から同施設☎582・4870へ。

レッツスポーツ

ニユースポーツ体験や頭と体を使う運動コーナーなど。9月15日(土)15時、若松体育館(若松区古前一丁目、☎761・1983)で。

「ギラヴァンツ北九州」ホームゲーム観戦に親子を招待

サッカーJ3公式戦観戦に親子を招待します。▼ギラヴァンツ北九州対セレッソ大阪U・23 9月22日(土)18時から ▼※ギラヴァンツ北九州対 藤枝MYFC 9月29日(土)18時から。共通 ミクニワールドスタジアム北九州(小倉駅北側)で。週中学生以下と保護者(1組5人以内。保護者は2人まで)。子ども的人数を上回る保護者の参加は不可。週各日250人。申 往復はがき(一枚につき1試合1組だけ)に基本事項を書いて9月11日(※は18日)までに〒803・8501市民文化スポーツ局スポーツ振興課☎582・2395へ。ネットも可。

スポーツ指導者講習会

「メンタルトレーニング」 9月24日(休)13時30分～15時30分、ミクニワールドスタジアム北九州(小倉駅北側)で。週部活動やスポーツチームなどの指導者。週30人。申 往復はがき(2人まで)に基本事項を書いて9月14日までに〒803・8501市民文化スポーツ局スポーツ振興課☎582・2395へ。ネットも可。

ミクニワールドスタジアム北九州のスポーツ

健康寿命を伸ばす運動教室 転倒予防などに役立つ運動を行います。

5日～11月13日の毎週火・金曜日(昼の部)13時30分～15時30分と夜の部(18時30分～20時30分)あり。週18歳以上(学生を除く)。週各部12人。▼門司弓道場(門司区大里東二丁目) 10月16日～11月27日のおおむね毎週火・金曜日18時30分～20時30分。週20歳以上。週10人。①の共通全12回。料5000円。
②ボウリング教室 10月5日～11月9日の毎週金曜日(全6回)、ユーズポウル北九州(八幡西区則松五丁目)で。朝の部9時30分～12時30分と夜の部(13時30分～16時30分)と夜の部(19時22分)あり。週18歳以上。週各部20人。料1000円。

ヨガスワット体験会 10月1日(月)18時30分～20時30分、八幡西勤労青少年ホーム(八幡西区南鷹見町)で。週15歳以上(中学生は除く)。週20人。料1000円。申 9月10日までに同施設☎601・2684へ。ネットも可。

浅生スポーツセンターの教室
硬式テニス教室 10月1日～12月25日のおおむね毎週1回(全8回)。ジュニアの部(週5歳～小学生。料6480円)と大人の部(週中学生以上。料1万2960円)あり。週各部10人。時間は問を。

バスケットボールブートキャンプ 10月12日～12月21日のおおむね毎週金曜日(全6回)19～21時。週バスケットボールの経験がある小学生。週20人。料9720円。
共通 駐車場は有料。申 9月30日まで。詳細は浅生スポーツセンター(戸畑区浅生二丁目、☎883・5501)へ。

体育協会のスポーツ教室
①初心者弓道教室 ▼桃園弓道場(八幡東区桃園三丁目) 10月

5日～11月13日の毎週火・金曜日(昼の部)13時30分～15時30分と夜の部(18時30分～20時30分)あり。週18歳以上(学生を除く)。週各部12人。▼門司弓道場(門司区大里東二丁目) 10月16日～11月27日のおおむね毎週火・金曜日18時30分～20時30分。週20歳以上。週10人。①の共通全12回。料5000円。
②ボウリング教室 10月5日～11月9日の毎週金曜日(全6回)、ユーズポウル北九州(八幡西区則松五丁目)で。朝の部9時30分～12時30分と夜の部(13時30分～16時30分)と夜の部(19時22分)あり。週18歳以上。週各部20人。料1000円。

ヨガスワット体験会 10月1日(月)18時30分～20時30分、八幡西勤労青少年ホーム(八幡西区南鷹見町)で。週15歳以上(中学生は除く)。週20人。料1000円。申 9月10日までに同施設☎601・2684へ。ネットも可。

浅生スポーツセンターの教室
硬式テニス教室 10月1日～12月25日のおおむね毎週1回(全8回)。ジュニアの部(週5歳～小学生。料6480円)と大人の部(週中学生以上。料1万2960円)あり。週各部10人。時間は問を。

バスケットボールブートキャンプ 10月12日～12月21日のおおむね毎週金曜日(全6回)19～21時。週バスケットボールの経験がある小学生。週20人。料9720円。
共通 駐車場は有料。申 9月30日まで。詳細は浅生スポーツセンター(戸畑区浅生二丁目、☎883・5501)へ。

体育協会のスポーツ教室
①初心者弓道教室 ▼桃園弓道場(八幡東区桃園三丁目) 10月

5日～11月13日の毎週火・金曜日(昼の部)13時30分～15時30分と夜の部(18時30分～20時30分)あり。週18歳以上(学生を除く)。週各部12人。▼門司弓道場(門司区大里東二丁目) 10月16日～11月27日のおおむね毎週火・金曜日18時30分～20時30分。週20歳以上。週10人。①の共通全12回。料5000円。
②ボウリング教室 10月5日～11月9日の毎週金曜日(全6回)、ユーズポウル北九州(八幡西区則松五丁目)で。朝の部9時30分～12時30分と夜の部(13時30分～16時30分)と夜の部(19時22分)あり。週18歳以上。週各部20人。料1000円。

ヨガスワット体験会 10月1日(月)18時30分～20時30分、八幡西勤労青少年ホーム(八幡西区南鷹見町)で。週15歳以上(中学生は除く)。週20人。料1000円。申 9月10日までに同施設☎601・2684へ。ネットも可。

浅生スポーツセンターの教室
硬式テニス教室 10月1日～12月25日のおおむね毎週1回(全8回)。ジュニアの部(週5歳～小学生。料6480円)と大人の部(週中学生以上。料1万2960円)あり。週各部10人。時間は問を。

バスケットボールブートキャンプ 10月12日～12月21日のおおむね毎週金曜日(全6回)19～21時。週バスケットボールの経験がある小学生。週20人。料9720円。
共通 駐車場は有料。申 9月30日まで。詳細は浅生スポーツセンター(戸畑区浅生二丁目、☎883・5501)へ。

体育協会のスポーツ教室
①初心者弓道教室 ▼桃園弓道場(八幡東区桃園三丁目) 10月

5日～11月13日の毎週火・金曜日(昼の部)13時30分～15時30分と夜の部(18時30分～20時30分)あり。週18歳以上(学生を除く)。週各部12人。▼門司弓道場(門司区大里東二丁目) 10月16日～11月27日のおおむね毎週火・金曜日18時30分～20時30分。週20歳以上。週10人。①の共通全12回。料5000円。
②ボウリング教室 10月5日～11月9日の毎週金曜日(全6回)、ユーズポウル北九州(八幡西区則松五丁目)で。朝の部9時30分～12時30分と夜の部(13時30分～16時30分)と夜の部(19時22分)あり。週18歳以上。週各部20人。料1000円。

ヨガスワット体験会 10月1日(月)18時30分～20時30分、八幡西勤労青少年ホーム(八幡西区南鷹見町)で。週15歳以上(中学生は除く)。週20人。料1000円。申 9月10日までに同施設☎601・2684へ。ネットも可。

浅生スポーツセンターの教室
硬式テニス教室 10月1日～12月25日のおおむね毎週1回(全8回)。ジュニアの部(週5歳～小学生。料6480円)と大人の部(週中学生以上。料1万2960円)あり。週各部10人。時間は問を。

バスケットボールブートキャンプ 10月12日～12月21日のおおむね毎週金曜日(全6回)19～21時。週バスケットボールの経験がある小学生。週20人。料9720円。
共通 駐車場は有料。申 9月30日まで。詳細は浅生スポーツセンター(戸畑区浅生二丁目、☎883・5501)へ。

体育協会のスポーツ教室
①初心者弓道教室 ▼桃園弓道場(八幡東区桃園三丁目) 10月

5日～11月13日の毎週火・金曜日(昼の部)13時30分～15時30分と夜の部(18時30分～20時30分)あり。週18歳以上(学生を除く)。週各部12人。▼門司弓道場(門司区大里東二丁目) 10月16日～11月27日のおおむね毎週火・金曜日18時30分～20時30分。週20歳以上。週10人。①の共通全12回。料5000円。
②ボウリング教室 10月5日～11月9日の毎週金曜日(全6回)、ユーズポウル北九州(八幡西区則松五丁目)で。朝の部9時30分～12時30分と夜の部(13時30分～16時30分)と夜の部(19時22分)あり。週18歳以上。週各部20人。料1000円。

ヨガスワット体験会 10月1日(月)18時30分～20時30分、八幡西勤労青少年ホーム(八幡西区南鷹見町)で。週15歳以上(中学生は除く)。週20人。料1000円。申 9月10日までに同施設☎601・2684へ。ネットも可。

いずれもおおむね11月～来年2月の毎週1回(全13回)。各1時間30分。コースは▼スポーツプラザ・ラフシー(門司区高田二丁目) 水曜コース・土曜コース(いずれも15時)あり ▼ルネサンス小倉(小倉駅ビル内) 月曜コース・火曜コース・木曜コース(いずれも16時30分)あり ▼ウイングス城野(小倉南区富士見二丁目) 水曜コース(11時30分)と土曜コース(13時)あり ▼ときわスイミングスクー ル曾根(小倉南区葛原東三丁目) 火曜コース(10時) ▼スポーツクラブリフレ(若松区二島二丁目) 火曜コース・金曜コース(いずれも16時)あり ▼さわらびF&Cクラブ(八幡東区西本町四丁目) 火曜コース・水曜コース(いずれも15時)あり ▼ホテルクラウンパレス北九州(八幡西区東曲里町) 水曜コース(10時)と木曜コース(14時)あり ▼浅生スポーツセンター(戸畑区浅生二丁目) 火曜コース・木曜コース(いずれも10時)あり。
共通 週65歳以上(電話問診あり)。週各会場各コース25人。申 往復はがき(1人1コースだけ)に基本事項を書いて9月14日までに認知症支援・介護予防センター(〒802・8560小倉北区馬借二丁目7-1、☎522・8765)へ。

市長杯小学生ふうせんバレーボール大会 来年1月20日(日)10～14時、総合体育館(八幡東区八王寺町)で。週

小学生。1チーム6人以上(小学4～6年生は3人以内)。週36チーム。申 9月30日まで。詳細は障害者スポーツセンター☎922・0026へ。

北九州パレスのスポーツ
①スポーツ教室 いずれも10～12月のおおむね毎週1回(全10～12回)▼火曜日 合気道、日本舞踊入門 ▼水曜日 太極拳、ヨガ ▼木曜日 ラージボール卓球、ヨガ、気功 ▼金曜日 卓球、気功、ハワイアンフラ、バドミントン、エアロビクス ▼土曜日 ハリウッドヨガ、八極拳、※ジュニアヒップホップダンス。①の共通 週※は小学生だけ。週先着各教室15～60人。料5500円～6500円(34歳以下は5000円～6000円)。時間などは問を。

②ラージボール卓球大会 10月28日(日)9～17時。シングルス(週先着男女各32人)とダブルス(週先着男女各16組)あり。週50歳以上。料1人1種目6000円。
共通 申 電話で9月4日から北九州パレス(小倉北区井堀五丁目、☎651・4600)へ。

門司港レトロマランの参加ランナーを募集 コースは10kmと5km。11月25日(日)9時30分(5kmコース)又は9時50分、関門海峡ミュージアム(門司港レトロ地区)横をスタート。週18歳以上(高校生は除く)。週先着3000人。料3000円。お楽しみ抽選会もあり。申 9月3日から。詳細は市民文化スポーツ局スポーツ振興課☎582・2395へ。

5日～11月13日の毎週火・金曜日(昼の部)13時30分～15時30分と夜の部(18時30分～20時30分)あり。週18歳以上(学生を除く)。週各部12人。▼門司弓道場(門司区大里東二丁目) 10月16日～11月27日のおおむね毎週火・金曜日18時30分～20時30分。週20歳以上。週10人。①の共通全12回。料5000円。
②ボウリング教室 10月5日～11月9日の毎週金曜日(全6回)、ユーズポウル北九州(八幡西区則松五丁目)で。朝の部9時30分～12時30分と夜の部(13時30分～16時30分)と夜の部(19時22分)あり。週18歳以上。週各部20人。料1000円。

ヨガスワット体験会 10月1日(月)18時30分～20時30分、八幡西勤労青少年ホーム(八幡西区南鷹見町)で。週15歳以上(中学生は除く)。週20人。料1000円。申 9月10日までに同施設☎601・2684へ。ネットも可。

浅生スポーツセンターの教室
硬式テニス教室 10月1日～12月25日のおおむね毎週1回(全8回)。ジュニアの部(週5歳～小学生。料6480円)と大人の部(週中学生以上。料1万2960円)あり。週各部10人。時間は問を。

バスケットボールブートキャンプ 10月12日～12月21日のおおむね毎週金曜日(全6回)19～21時。週バスケットボールの経験がある小学生。週20人。料9720円。
共通 駐車場は有料。申 9月30日まで。詳細は浅生スポーツセンター(戸畑区浅生二丁目、☎883・5501)へ。

体育協会のスポーツ教室
①初心者弓道教室 ▼桃園弓道場(八幡東区桃園三丁目) 10月

5日～11月13日の毎週火・金曜日(昼の部)13時30分～15時30分と夜の部(18時30分～20時30分)あり。週18歳以上(学生を除く)。週各部12人。▼門司弓道場(門司区大里東二丁目) 10月16日～11月27日のおおむね毎週火・金曜日18時30分～20時30分。週20歳以上。週10人。①の共通全12回。料5000円。
②ボウリング教室 10月5日～11月9日の毎週金曜日(全6回)、ユーズポウル北九州(八幡西区則松五丁目)で。朝の部9時30分～12時30分と夜の部(13時30分～16時30分)と夜の部(19時22分)あり。週18歳以上。週各部20人。料1000円。

ヨガスワット体験会 10月1日(月)18時30分～20時30分、八幡西勤労青少年ホーム(八幡西区南鷹見町)で。週15歳以上(中学生は除く)。週20人。料1000円。申 9月10日までに同施設☎601・2684へ。ネットも可。

浅生スポーツセンターの教室
硬式テニス教室 10月1日～12月25日のおおむね毎週1回(全8回)。ジュニアの部(週5歳～小学生。料6480円)と大人の部(週中学生以上。料1万2960円)あり。週各部10人。時間は問を。

バスケットボールブートキャンプ 10月12日～12月21日のおおむね毎週金曜日(全6回)19～21時。週バスケットボールの経験がある小学生。週20人。料9720円。
共通 駐車場は有料。申 9月30日まで。詳細は浅生スポーツセンター(戸畑区浅生二丁目、☎883・5501)へ。

体育協会のスポーツ教室
①初心者弓道教室 ▼桃園弓道場(八幡東区桃園三丁目) 10月

5日～11月13日の毎週火・金曜日(昼の部)13時30分～15時30分と夜の部(18時30分～20時30分)あり。週18歳以上(学生を除く)。週各部12人。▼門司弓道場(門司区大里東二丁目) 10月16日～11月27日のおおむね毎週火・金曜日18時30分～20時30分。週20歳以上。週10人。①の共通全12回。料5000円。
②ボウリング教室 10月5日～11月9日の毎週金曜日(全6回)、ユーズポウル北九州(八幡西区則松五丁目)で。朝の部9時30分～12時30分と夜の部(13時30分～16時30分)と夜の部(19時22分)あり。週18歳以上。週各部20人。料1000円。

