

スポーツ教室 イベント案内

令和
2年度
2020.4~2021.3

ひとり
1スポーツ



お気軽に
ご参加下さい!



すべて
初心者向け
です!



いちごいちえ 会とちぎ国体 応援イベント開催
夢を感動へ。感動を未来へ。

キッズスポーツ

元気に楽しくからだをいっばい動かしてマットあそびやとび箱などを通して基礎体力アップ!

講師 市スポーツ振興財団職員

対象 年中・年長

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	4/6・13・20	15:40~16:20	月	市体育館	60	1,200円	3/1~3/10
第2回	6/17・24・7/1	15:40~16:20	水	市体育館	60	1,200円	5/1~5/10
第3回	9/28・10/5・12	15:40~16:20	月	市体育館	60	1,200円	8/1~8/10
第4回	2/1・8・15	15:40~16:20	月	市体育館	60	1,200円	1/1~1/10



キッズリズムダンス

リズムに合わせてみんなと楽しくレッツダンス!

講師 野村有里恵・桂美穂・前田明江

対象 年中・年長

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	4/14・21・28・5/12・19	15:40~16:30	火	市体育館	45	2,000円	3/1~3/10
第2回	9/1・8・15・29・10/6	15:40~16:30	火	市体育館	45	2,000円	8/1~8/10
第3回	11/24・12/1・8・15・22	15:40~16:30	火	市体育館	45	2,000円	10/1~10/10
第4回	1/12・19・26・2/2・9	15:40~16:30	火	市体育館	45	2,000円	12/1~12/10
第5回	2/16・3/2・9・16・23	15:40~16:30	火	市体育館	45	2,000円	1/1~1/10



ジュニアチアダンスwithブレイシー



ブレイシーと一緒にLet'sダンス!

講師 ブレイシー

対象 小学生

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	4/14・21・28・5/12・19	17:30~18:20	火	市体育館	40	2,000円	3/1~3/10
第2回	9/1・8・15・29・10/6	17:30~18:20	火	市体育館	40	2,000円	8/1~8/10



ジュニアチアダンスwith SCチアーズ



SCチアーズと一緒にLet'sダンス!

講師 SCチアーズ

対象 小学生

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	5/28・6/4・11・18・25	17:30~18:20	木	市体育館	40	2,000円	4/1~4/10
第2回	2/18・25・3/4・11・18	17:30~18:20	木	市体育館	40	2,000円	1/1~1/10



ジュニアヒップホップダンス

リズムレッスンを中心に流行の曲に合わせて楽しくダンス!

講師 桂 美穂・瓦井久美子

対象 小学生

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	6/23・30・7/7・21・28	17:30~18:20	火	市体育館	40	2,000円	5/1~5/10
第2回	11/17・24・12/1・8・15	17:30~18:20	火	市体育館	40	2,000円	10/1~10/10
第3回	1/19・26・2/2・9・16	17:30~18:20	火	市体育館	40	2,000円	12/1~12/10



速くならう!かけっこ塾

正しいフォームや、スタートの方法を身につけてかけこよく走ろう!

第3回・第4回は希望する回を選んでお申し込みください。※(移動可能な方は第2希望を記入)

講師 市スポーツ振興財団職員

対象 小学生

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	4/15・16・17	17:30~18:20	水・木・金	清原体育館	50	1,200円	3/1~3/10
第2回	5/22・27・29	17:30~18:20	金・水・金	雀宮体育館	50	1,200円	4/1~4/10
第3回	9/2・4・9	17:30~18:20	水・金・水	市体育館	60	1,200円	8/1~8/10
第4回	9/23・25・30	17:30~18:20	水・金・水	市体育館	60	1,200円	8/1~8/10



鉄棒(逆上がり)

逆上がりにチャレンジ! 苦手な子のための集中練習だよ!

第1回・第2回は希望する回を選んでお申し込みください。※(移動可能な方は第2希望を記入)

講師 市スポーツ振興財団職員

対象 小学生

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	6/12・15・17	17:30~18:20	金・月・水	市体育館	50	1,200円	5/1~5/10
第2回	6/19・22・24	17:30~18:20	金・月・水	市体育館	50	1,200円	5/1~5/10
第3回	10/30・11/2・4	17:30~18:20	金・月・水	市体育館	50	1,200円	9/1~9/10
第4回	3/10・12・15	17:30~18:20	水・金・月	市体育館	50	1,200円	2/1~2/10



とび箱・マット教室

とび箱・マットなどを使って運動します! 苦手な子のための集中練習だよ!

講師 市スポーツ振興財団職員

対象 小学1~3年生

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	5/13・15・20	17:30~18:20	水・金・水	清原体育館	40	1,200円	4/1~4/10
第2回	6/3・5・10	17:30~18:20	水・金・水	雀宮体育館	40	1,200円	5/1~5/10
第3回	10/14・16・21	17:30~18:20	水・金・水	明保野体育館	40	1,200円	9/1~9/10



夏休みチャレンジ!とび箱・マット教室

講師 市スポーツ振興財団職員 対象 小学1~3年生

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
7/27・29・31	17:30~18:20	月・水・金	市体育館	60	1,200円	6/1~6/10



ジュニアテニス

ラケットの握り方、ボール慣れからはじめよう! ※貸しラケットあり ※天候により日程の変更あり(順延および打ち切り)

講師 宇都宮テニス協会 対象 小学4~6年生

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
5/14・18・21・25・28・6/1 (予備日6/4・8・11)	17:30~19:00	月・木	屋板テニスコート	40	2,400円	4/1~4/10



ジュニア卓球

ラケットの握り方、ボール慣れからはじめよう! ※貸しラケットあり

講師 宇都宮市卓球協会 対象 小学4~6年生

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
6/16・23・30・7/7・21・28	17:15~18:45	火	市体育館	30	2,400円	5/1~5/10



ジュニアバドミントン

ラケットの握り方、シャトル慣れからはじめよう! ※貸しラケットあり

講師 宇都宮市バドミントン協会 対象 小学4~6年生

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
10/23・30・11/6・13・20・27	17:15~18:45	金	明保野体育館	30	2,400円	9/1~9/10



ジュニアサッカー

会場▶市サッカー場
対象▶年中~小学2年生



栃木SC共催事業

栃木SCのコーチ陣に
サッカー・フットサルを学ぼう

Aコース

時間▶15:00~15:50
曜日▶火
対象▶年中・年長

Cコース

時間▶15:00~15:50
曜日▶金
対象▶年中・年長

ジュニアフットサル

会場▶市体育館
対象▶年中~小学4年生

Bコース

時間▶16:00~17:00
曜日▶木
対象▶小学1・2年生

Bコース

時間▶16:00~17:00
曜日▶火
対象▶小学1・2年生

Dコース

時間▶16:00~17:00
曜日▶金
対象▶小学1・2年生

Aコース

時間▶15:00~15:50
曜日▶木
対象▶年中・年長

Cコース

時間▶17:30~18:50
曜日▶木
対象▶小学3・4年生

栃木SC共催事業についてのお問合せは

栃木サッカークラブ

TEL.028-666-0595

10:00~17:00(火~金)※試合開催日を除く

親子スポーツ

New!!

親子deリズムあそび

音楽にあわせて親子で楽しく動きます!こどものリズム感覚をのばし親子のコミュニケーションを深めます!

講師 鈴木美恵子

対象

令和2年度内に2歳以上になる未就学児とその親

会場▶市体育館 定員▶各30組(60名)

申込期間▶2ヶ月ごとに受付 4・5月分 3/1~3/10 6・7月分 5/1~5/10 8・9月分 7/1~7/10 10・11月分 9/1~9/10 12月・1月分 11/1~11/10 2・3月分 1/1~1/10

Aコース

時間▶10:00~10:50 曜日▶月

日程▶A・Bコース共通

4/6・13・20 5/11・18・25(6回)
6/1・8・15・22 7/6・20・27(7回)
8/3・17・31 9/7・14・28(6回)
10/5・12・19・26 11/2・9・16・30(8回)
12/7・14・21 1/18・25(5回)
2/1・8・15・22 3/1・8・15・22(8回)

Bコース

時間▶11:00~11:50 曜日▶月

参加料▶

2,400円
2,800円
2,400円
3,200円
2,000円
3,200円

Cコース

時間▶10:00~10:50 曜日▶金

日程▶C・Dコース共通

4/10・17 5/8・15・22・29(6回)
6/5・12・19 7/3・10・31(6回)
8/7・28 9/4・11・18・25(6回)
10/2・9・16・23・30 11/6・20・27(8回)
12/4・18・25 1/8・15・22・29(7回)
2/5・12・19・26 3/5・12・19・26(8回)

Dコース

時間▶11:00~11:50 曜日▶金

参加料▶

2,400円
2,400円
2,400円
3,200円
2,800円
3,200円

New!!

パパ・ママ☆キッズエクササイズ

親子のコミュニケーションを大切に、音楽に合わせて楽しく運動しよう!

講師 坂内ひろみ

対象

年少~年長とその親

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回 5/25・6/1・8・15・22	16:00~16:50	月	市体育館	20組(40名)	2,000円	4/1~4/10
第2回 10/19・26・11/2・9・16	16:00~16:50	月	市体育館	20組(40名)	2,000円	9/1~9/10



バレトン

フィットネス・バレエ・ヨガの要素を取り入れたエクササイズ!理想のbodyを手に入れましょう!

講師 月井恭子(第1・3回)
鈴木玲子(第2・4回)

対象 一般

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	託児	申込み期間
第1回 4/14・21・28・5/12・19	19:00~20:00	火	市体育館	50	2,500円		3/1~3/10
第2回 6/23・30・7/7・21・28	9:40~10:40	火	市体育館	50	2,500円	👶 2,000円	5/1~5/10
第3回 9/1・8・15・29・10/6	9:40~10:40	火	市体育館	50	2,500円	👶 2,000円	8/1~8/10
第4回 2/16・3/2・9・16・23	9:40~10:40	火	市体育館	50	2,500円	👶 2,000円	1/1~1/10

ピラティス

ピラティスの呼吸法と基本エクササイズ
インナーマッスルを鍛え、美しく健康的なbodyを目指しましょう!

講師 akemi

対象 一般

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	託児	申込み期間
第1回 4/7・14・21・28・5/12	9:40~10:40	火	市体育館	50	2,500円	👶 2,000円	3/1~3/10
第2回 5/15・22・29・6/5・12	10:00~11:00	金	清原体育	30	2,500円	👶 2,000円	4/1~4/10
第3回 8/28・9/4・11・18・25	10:00~11:00	金	清原体育館	30	2,500円	👶 2,000円	7/1~7/10
第4回 10/13・20・27・11/10・17	9:40~10:40	火	市体育館	50	2,500円	👶 2,000円	9/1~9/10
第5回 1/12・19・26・2/2・9	9:40~10:40	火	市体育館	50	2,500円	👶 2,000円	12/1~12/10

ヨガ

ヨガの呼吸法と基本エクササイズ
ストレッチ効果+究極のリラクセスで心・体をリフレッシュ!

講師 国際ヨガ協会

対象 一般

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	託児	申込み期間
第1回 4/10・17・24・5/1・8	10:00~11:00	金	清原体育館	30	2,500円	👶 2,000円	3/1~3/10
第2回 5/7・14・21・28・6/4	9:40~10:40	木	市体育館	50	2,500円	👶 2,000円	4/1~4/10
第3回 6/19・26・7/3・10・17	10:00~11:00	金	清原体育館	30	2,500円	👶 2,000円	5/1~5/10
第4回 1/7・14・21・28・2/4	9:40~10:40	木	市体育館	50	2,500円	👶 2,000円	12/1~12/10

ペルビック(骨盤)コンディショニング

ペルビックとは英語で骨盤の意味!骨盤がゆがんでいては健康的な生活が送れません!身体のゆがみをセルフトレーニングで解消しましょう!

講師 AI

対象 一般

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	託児	申込み期間
第1回 6/11・18・25・7/2・9	9:40~10:40	木	市体育館	40	2,500円	👶 2,000円	5/1~5/10
第2回 10/29・11/5・19・26・12/3	9:40~10:40	木	市体育館	40	2,500円	👶 2,000円	9/1~9/10
第3回 2/18・25・3/4・11・18	9:40~10:40	木	市体育館	40	2,500円	👶 2,000円	1/1~1/10

フラダンス

気分はすっかりハワイアン!
HULAの魅力体験してみよう!

講師 福嶋慶子

対象 一般女性

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
5/22・29・6/5・12・19	9:40~10:40	金	明保野体育館	25	2,500円	4/1~4/10

リラクゼーションエクササイズ

無駄なストレスから身体を解放させるポールエクササイズ!
身体のゆがみを矯正し動きを向上させます!

講師 影山靖代

対象 一般

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	託児	申込み期間
5/19・26・6/2・9・16	9:40~10:40	火	市体育館	40	2,500円	👶 2,000円	4/1~4/10

ポルドブラ

バレエダンスエクササイズ!
リズムに合わせて楽しくシェイプアップ!

講師 KATSUE

対象 一般

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	託児	申込み期間
9/24・10/1・8・15・22	9:40~10:40	木	市体育館	40	2,500円	👶 2,000円	8/1~8/10

ファイティングエクササイズ

パンチ&キック、格闘技系エアロピクスでストレス解消!

講師 落合加代子

対象 一般

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回 5/25・6/1・8・15・22	19:30~20:30	月	市体育館	30	2,500円	4/1~4/10
第2回 10/5・12・19・26・11/2	19:30~20:30	月	市体育館	30	2,500円	9/1~9/10

New!!

ボディメイク・ヨガ

ヨガの呼吸法と強度高めエクササイズ+ストレッチ効果で美しく健康的なbodyを目指しましょう!

講師 遠藤 楓

対象 一般

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回 8/25・9/1・8・15・29	19:00~20:00	火	市体育館	30	2,500円	7/1~7/10
第2回 1/12・19・26・2/2・9	19:00~20:00	火	市体育館	30	2,500円	12/1~12/10

New!!

ボディメイク・ピラティス

ピラティスの呼吸法と強度高めエクササイズ!インナーマッスルを鍛え、美しく健康的なbodyを目指しましょう!

講師 HARU

対象 一般

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回 6/30・7/7・14・21・28	19:00~20:00	火	市体育館	30	2,500円	5/1~5/10
第2回 11/17・24・12/1・8・15	19:00~20:00	火	市体育館	30	2,500円	10/1~10/10

エアロビクス★有酸素運動とストレッチ体操でシェイプアップ!
※お持ちの方はヨガマットをご持参ください。

講師

鈴木玲子(4.5.8.9.12.1月 午前) 浜島道美(6.7.10.11.2.3月 午前)
米沢恭子(4.5.8.9.12.1月 夜間) 斎藤雅美(6.7.10.11.2.3月 夜間)

対象

一般

	日程	時間	曜日	会場	参加料
午前	4/14・21 5/12・19・26 6/2・9・16・23・30 7/7・21・28 8/11・18 9/1・8・15・29 10/6・13・20 11/17・24 12/1・8・15・22 1/5・12・19 2/2・9・16 3/2・9・16・23	10:00~11:00	火	市体育館	500円 (1回)
夜間	4/7・14・21 5/12・19・26 6/2・9・16・23・30 7/7・21・28 8/11・18 9/1・8・15・29 10/6・13・20・27 11/17・24 12/15・22 1/5・12・19 2/2・9・16 3/2・9・16・23	19:30~20:30	火	市体育館	500円 (1回)

明保野エアロビクス★

講師

AI(4.5.8.9.12.1月)
月井恭子(6.7.10.11.2.3月)

対象

一般

	日程	時間	曜日	会場	参加料
	4/9・16・23・30 5/14・21・28 6/4・11・18・25 7/2・9・16・30 8/6・20・27 9/3・10・17・24 10/1・8・15・22・29 11/5・12・19・26 12/3・10・17・24 1/7・14・21・28 2/4・18・25 3/4・11・18	9:45~10:45	木	明保野体育館	500円 (1回)

清原エアロビクス★

講師

落合加代子

対象

一般

	日程	時間	曜日	会場	参加料
	4/9・16・23・30 5/14・21・28 6/4・11・18・25 7/2・9・16 9/3・10・17・24	11:00~12:00	木	清原体育館	500円(1回)

雀宮エアロビクス★

講師

落合加代子

対象

一般

	日程	時間	曜日	会場	参加料
	4/3・10・17・24 5/8・15・22・29 6/5・12・19・26 7/3・10・17 9/4・11・25 10/2・9・16・23・30 11/6・13・20・27 12/4・11・18・25 1/8・15・22・29 2/5・12・19・26 3/5・12・19・26	11:00~12:00	金	雀宮体育館	500円 (1回)

ズンバ★ラテン系の音楽とダンスを融合させたダンスフィットネス
クササイズ!ダイナミックに踊りましょう!

講師

影山靖代

対象

一般

	日程	時間	曜日	会場	参加料
	4/3・10・17 5/8・15・22・29 6/5・12・19 7/3・10・31 8/28 9/4・11・25 10/2・9・16・23・30 11/6・27 12/4・18・25 1/8・15・22・29 2/5・12・19・26 3/12・19・26	13:30~14:30	金	市体育館	500円 (1回)

清原ズンバ★

講師

前田明江

対象

一般

	日程	時間	曜日	会場	参加料
	4/8・15・22 5/13・20・27 6/3・10・17・24 7/1・8・15・22 9/2・9・16・30	11:00~12:00	水	清原体育館	500円(1回)

雀宮ズンバ★

講師

前田明江

対象

一般

	日程	時間	曜日	会場	参加料
	10/7・14・21・28 11/11・18・25 12/2・9・16・23 1/6・13・20・27 2/3・10・17 3/3・10・17・24	11:00~12:00	水	雀宮体育館	500円 (1回)

エンジョイトレーニング★初めての方でもトレーナーと一緒に
「楽しく・わかりやすく」有酸素運動
や筋力アップ運動を行います!

講師

市スポーツ振興財団職員

対象

一般

	日程	時間	曜日	会場	参加料
	4/9・16・23・30 5/14・21・28 6/4・11・18・25 7/2・9・30 8/27 9/3・10・17・24 10/1・8・15・22・29 11/5・19・26 12/3・17・24 1/7・14・21・28 2/4・18・25 3/4・11・18・25	13:30~15:00	木	市体育館	500円 (1回)

★申込不要 **ソフトスポーツ**開催日当日に直接会場までお越しください。
(開始20分前から受付いたします)**いきいきスポーツ倶楽部★**ウォーキング運動やレクリエーションスポーツで汗を
流せば気分爽快!いつまでも若々しくいきましょ!

講師

市スポーツ振興財団職員

対象

一般

	日程	時間	曜日	会場	参加料
	4/7・14・21・28 5/12・19・26 6/2・9・16・23・30 7/7・21・28 8/11・18 9/1・8・15・29 10/6・13・20・27 11/17・24 12/1・8・15・22 1/5・12・19・26 2/2・9・16 3/2・9・16・23	13:30~15:00	火	市体育館	500円 (1回)

テニス

基本ストロークからゲームができるまで初心者から経験者までレベルに合ったレッスンをします! ※貸しラケットあり※天候により日程の変更あり(順延および打ち切り)

講師 宇都宮テニス協会 対象 一般

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	5/13・15・20・22・27・29・6/3・5 (予備日6/10・12・17)	11:00~12:30	水・金	屋根テニスコート	50	4,000円	4/1~4/10
第2回	5/14・18・21・25・28・6/1・4・8 (予備日6/11・15・18)	19:30~21:00	月・木	屋根テニスコート	65	4,000円	4/1~4/10
第3回	9/2・9・16・23・30・10/7・14・21 (予備日10/28・11/4・11)	11:00~12:30	水	清原テニスコート	50	4,000円	8/1~8/10
第4回	9/3・7・10・14・17・24・28・10/1 (予備日10/5・8・12)	19:30~21:00	月・木	清原テニスコート	50	4,000円	8/1~8/10

弓道

興味はあるけどキッカケが...そんなあなたにオススメ!心身の鍛練に...弓道の世界に触れてみましょう! ※貸し用具あり

講師 宇都宮市弓道連盟 対象 一般

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	5/11・14・18・21・25・28・6/1・4	19:00~20:30	月・木	市弓道場	35	4,000円	4/1~4/10
第2回	8/24・27・31・9/3・7・10・14・17	19:00~20:30	月・木	市弓道場	35	4,000円	7/1~7/10
第3回	10/1・5・8・12・15・19・22・26	19:00~20:30	月・木	市弓道場	35	4,000円	9/1~9/10

バドミントン

基本ストロークからゲームができるまで初心者から経験者までレベルに合ったレッスンをします! ※貸しラケットあり

講師 宇都宮市バドミントン協会 対象 一般

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	託児	申込み期間
第1回	6/22・25・29・7/2・6・9・13・16	11:00~12:30	月・木	雀宮体育館	30	4,000円		5/1~5/10
第2回	10/23・30・11/6・13・20・27・12/4・11	19:00~20:30	金	明保野体育館	30	4,000円		9/1~9/10
第3回	1/14・21・28・2/4・18・25・3/4・11	11:00~12:30	木	市体育館	30	4,000円	☎3,200円	12/1~12/10

卓球(硬式&ラージ)

基本ストロークからゲームができるまで初心者から経験者までレベルに合ったレッスンをします! ※貸しラケットあり ※硬式・ラージから希望する方を選んでお申し込みください

講師 宇都宮市卓球協会 対象 一般

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
	6/2・9・16・23・30・7/7・21・28	19:00~20:30	火	市体育館	30	4,000円	5/1~5/10

ソフトスポーツ

運動強度が軽めのスポーツです。

ソフトピラティス

運動強度が軽めのピラティスです!無理なく健康づくりをしましょう!

講師 akemi 対象 一般

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
	6/23・30・7/7・14・21	9:40~10:40	火	明保野体育館	30	2,500円	5/1~5/10

ソフトバレトン

運動強度が軽めのバレトンです!無理なく健康づくりをしましょう!

講師 月井恭子 対象 一般

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
	9/18・25・10/2・9・16	9:40~10:40	金	明保野体育館	25	2,500円	8/1~8/10

ソフトヨガ

運動強度が軽めのヨガです!無理なく健康づくりをしましょう!

講師 国際ヨガ協会 対象 一般

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
	11/4・11・18・25・12/2	9:40~10:40	水	明保野体育館	30	2,500円	10/1~10/10

ノルディックウォーキング

2本のポールを使ってウォーキング!全身の90%の筋肉が使われ、エクササイズ効果もUP!ただ歩くだけではもったいない!※貸しポールあり

講師 市スポーツ振興財団職員 対象 一般

	日程	時間	曜日	会場	定員	参加料	申込み期間
第1回	5/13・20・27(予備日 6/3)	10:00~11:30	水	市体育館周辺	20	1,500円	4/1~4/10
第2回	10/7・14・21(予備日 10/28)	10:00~11:30	水	市体育館周辺	20	1,500円	9/1~9/10



いちご いちご 会とちぎ 国体 応援
夢を感動へ。感動を未来へ。

1Day イベント



チャレンジジャンプうつのみや大なわとび大会

2021年 1月17日(日)

9:00~15:00(予定)
会場:市体育館

【主催】宇都宮市スポーツ振興財団
【募集チーム】先着60チーム(小学生から大人まで)
【参加料】1チーム 3,000円

スポーツフェスティバル —施設無料開放 Day—

スポーツ体験教室やアトラクションに参加して楽しもう!!

清原スポーツ
フェスティバル

5月31日(日)会場:清原体育館

ブレックスアリーナ宇都宮
スポーツフェスティバル

9月22日(火)会場:市体育館

明保野スポーツ
フェスティバル

10月18日(日)会場:明保野体育館

雀宮スポーツ
フェスティバル

3月7日(日)会場:雀宮体育館

【プロスポーツ連携事業】

栃木のプロチームと
一緒に楽しもう!

1Day イベント

5月

親子ふれあいサッカー

栃木SCと一緒に親子で楽しくサッカーをしよう!

会場 栃木SC宇都宮フィールド(市サッカー場) 定員 50組(100名)
対象 小学生の親子 曜日 土 参加料 1,000円



6月

第1回パパ・ママ☆キッズサッカー

年中・年長を対象とした親子サッカーです!

会場 栃木SC宇都宮フィールド(市サッカー場) 定員 50組(100名)
対象 年中・年長の親子 曜日 土 参加料 500円



8月

親子ふれあいバスケットボール

ブレックスと一緒に親子で楽しくバスケットをしよう!

会場 市体育館 定員 60組(120名)
対象 小学1~3年生の親子 曜日 日 土 or 日 参加料 1,000円



8月

バレーボールクリニック(仮題)

Vリーグ女子選手らによる小学生を対象としたバレーボール教室

会場 市体育館 対象 小学生



※内容は変更になる場合があります。

10月

第2回パパ・ママ☆キッズサッカー

年中・年長を対象とした親子サッカーです!

会場 栃木SC宇都宮フィールド(市サッカー場) 定員 50組(100名)
対象 年中・年長の親子 曜日 土 参加料 500円



11月
12月

親子ふれあいサイクリング

ブリッセンと一緒に親子で楽しくサイクリング!

会場 市森林公園 定員 20組(40名)
対象 小学生の親子 曜日 日 土 or 日 参加料 1,000円



※日時・申込等詳しくはホームページでお知らせいたします。

みんなで・家族で楽しい1日にしよう!

1Day イベント

第7回

うつのみやジュニアダンスフェスティバル



2021年 2月21日(日)

9:00~15:00(予定) 会場:市体育館

【主催】宇都宮市スポーツ振興財団
【募集チーム】先着30チーム
【対象】小・中学生
【参加料】1チーム 2,000円



3月

親子スポーツフェスティバル

家族で一緒に楽しく体を動かそう!!

会場 市体育館
定員 100組
対象 未就学児と保護者
曜日 土or日曜日
参加料 500円(1家族)



※日時・申込等詳しくはホームページでお知らせいたします。

スポーツ健康体力相談事業

詳しくは、問い合わせ先までお気軽にご連絡ください。

スポーツアドバイザーが、個人の目的に合ったトレーニングメニューを提供します。 **講師** 月井恭子 **料金** 500円(1回) **対象** 一般

日程	時間	曜日	会場	定員	参加料
4/15・22 5/13・20・27 6/3・10・17・24 7/1・8・15・22・29 8/5・12・19・26 9/2・9・16・23・30 10/7・14・21 11/4・18・25 12/16・23 1/6・13・20 2/3・10・17・24 3/3・10・17・24	13:30～15:00	水	市体育館 (トレーニング室)	12	500円 (1回)

申込方法 ※予約制で1ヵ月ごとに受付

4月分→3/3～ 5月分→4/3～ 6月分→5/7～ 7月分→6/3～ 8月分→7/3～ 9月分→8/3～ 10月分→9/3～ 11月分→10/5～
12月分→11/4～ 1月分→12/3～ 2月分→1/4～ 3月分→2/3～ 上記日程の午前9時から。お電話にて直接お申し込みください

スポーツデリバリー事業

詳しくは、問い合わせ先までお気軽にご連絡ください。

スタッフが皆さんのもとにうかがい、
スポーツの楽しさをお伝えします。

講師 市スポーツ振興財団職員 **料金** 3,000円

対象 市内小学校、PTA、宮つ子ステーション、子供会、企業、地域、その他

◆大人、シニア向けプログラム

フィットネススポーツ(ダンベル体操、リズムウォーキング、ノルディックウォーキングなど)
リラクゼーション(ストレッチ、ストレッチポール、ボールストレッチなど) 健康体操

◆子ども向けプログラム

体力向上(逆上がり、走り方、ボール投げなど)
レクリエーション(ドッジビー、ユニホックなど)

お申し込みについて

- 各教室・イベントごとに「インターネット」または「往復はがき」(申込期間消印有効)でお申し込みください。
- お申し込みは1講座につき1人1回です。(重複無効)
- お申し込み多数の場合は抽選となります。(主催者による抽選とさせていただきます)
- お申し込み期間を過ぎて定員に達しない場合は先着順で受付いたします。(電話可 要問い合わせ)
受付状況については、ホームページまたは電話にてご確認ください。
- 1枚のはがきで複数名の申し込み可。抽選となった場合の結果は同一となります。
(ジュニア系教室は複数名の申込不可。ただし、家族は連名可)

インターネットで申し込む

トップページの [「スポーツ教室・イベントに申し込む」](#) をクリックし、下記の順番でお申し込みください。

スポーツ教室・イベントの選択

お申し込みフォーム入力

入力内容確認・送信

お申し込み完了

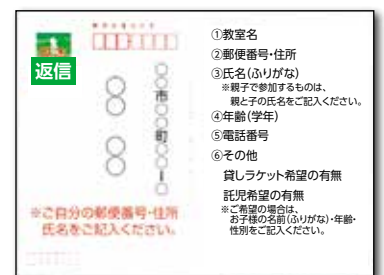
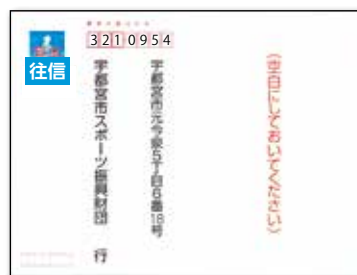
お申し込みが完了すると、自動返信にて確認メールが届きます。「@utsunomiya-sponavi.or.jp」のEメールを受信できるように設定してください。確認メールが届かない場合は、お手数ですが、市スポーツ振興財団までお問い合わせください。申込結果については、後日メールにてお知らせいたします。(インターネットでは複数名の申込不可)

託児システムについて

- 教室開催時に専門のスタッフ(有資格者)がお子様をお預かりいたします。
- 対象は2歳以上の未就学児となります。
- 教室参加料の他に、別途託児料が必要となります。



往復はがきの書き方 (見本)



注意事項

- 健康に不安のある方は、医師と相談の上、お申し込みください。(妊娠中の方は教室に参加できません)
- お子様連れのご参加は、ご遠慮ください。(託児システム利用者・親子対象教室は除く)
- 開催日時・会場・指導者は都合により変更(順延・中止等)になる場合があります。
- お申し込み時に頂いた個人情報、連絡やスポーツ教室案内等の目的以外には使用いたしません。
- 写真撮影等が行われる場合がありますのでご了承ください。撮影した素材はPR・報告等の目的において使用する場合があります。
- 一度納付された参加料・託児料は返金いたしませんのであらかじめご了承ください。

Check!

インターネットでスポーツ情報を配信中!

宇都宮スポーツナビ

検索

財団ホームページではスポーツ教室のほか、スポーツ施設の空き状況やイベント・サークル紹介など様々な情報を見ることができます。ぜひご覧ください。