



KUGAスポーツクラブ

KUGA スポーツデー



2025年 10月5日 日
9:00~13:00

会場 玖珂あいあいセンター他

- 
- 
- 
- ※スポーツデー各教室の詳細は裏面をご覧ください。
 - ※各教室とも事前に参加申し込みが必要です。
 - ※申込受付は9月2日（火）10時からです。
 - ※ホッケー教室及びグラウンドゴルフ場無料開放についてのお問合せ・お申込みは玖珂総合公園管理事務所電話0827-81-0350へ

KUGA スポーツデーの申込お問合せ先！

あなたの町の総合型地域スポーツクラブ

KUGAスポーツクラブ ☎ 0827-82-6600

主催：KUGAスポーツクラブ

共催：岩国市

岩国市教育委員会

（一財）玖珂町体育施設等管理協会



スポーツ体験教室『ホッケー！』

時間：10：00～12：00

会場：玖珂総合公園（人工芝グラウンド）

定員：30名程度

対象：年長～小学6年生

持参する物

運動のできる服装、飲み物、タオル

※ホッケー教室の申込先は『玖珂総合公園管理事務所 ☎81-0350』となります。KUGAホッケークラブの指導者がフィールドホッケーの基礎から指導し、最後は楽しいミニゲームを参加者全員で行います！今までにホッケーを経験したことのない皆！玖珂総合公園でホッケーをして遊びませんか!?



玖珂総合公園

グラウンドゴルフ場無料開放

時間：9:00～13:00

家族そろってみんなでグラウンドゴルフをしてみませんか!?4コース32ホール。

あなたは何打で回れますか？



小中学生対象 卓球教室

時間：10:00～12:00

会場：玖珂体育センター

対象：小中学生の卓球初心者の方

定員：20名

持参する物：運動のできる服装・タオル・飲み物

卓球は、スピード感と繊細なテクニックで世界中の人々を魅了するオリンピック競技でもあるんですよ！この卓球教室では、卓球が初めてのお子さんも、もっと上手になりたいお子さんも大歓迎！経験豊富なコーチが、ラケットの持ち方から、ボールの打ち方、試合のルールまで、基本から丁寧に教えます。



ワンディ！キッズ体育教室【体験版】

時間：9:45～10:45

会場：玖珂あいあいセンター

対象：年長～小学3年生

定員：15名

持参する物：運動のできる服装・タオル・飲み物

毎週木曜日に好評開催中のキッズ体育教室の1日体験版教室です。様々な運動の基礎を習得しながら身体づくりを行い。様々なスポーツ動作につながるより複雑な運動の基礎をつくりをしながら多様な動きを行っていきます。



『カラダ整えラボ！』

時間：10:45～11:45

会場：玖珂あいあいセンター

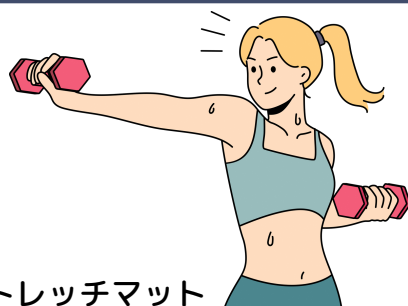
定員：15名

対象：一般成人の方

持参する物

運動のできる服装、飲み物、タオル、ストレッチマット

「最近、肩が上がりにくい…」「股関節がなんだか重い…」「昔より動きづらくなったな」と感じることはありませんか？不調は、放っておくと生活の質を大きく左右する原因になることもあります。「からだ整えラボ」は、肩と股関節に特化したコンディショニングを行う運動教室です。



シドニーオリンピック自転車レースの代表と国体選手による自転車乗り方教室!!

時間：10：00～12:00

会場：玖珂グラウンド（雨天の場合中止）

対象：自転車に乗りたい子どもたち集合！

定員：20組

持参する物：自転車、ヘルメット

自転車に乗れないお子さん、集まれ！シドニーオリンピック自転車競技選手や元国体自転車競技選手が、楽しく丁寧に自転車の乗り方を教えます。昨年は参加者の多くの方々が自転車に乗れるようになった、実績のある教室です。

