

# 1月の市民一人1スポーツ

自分に合ったスポーツを見つけて、家族や友達とお気軽にご参加ください。(参加は全て無料です)

行事名	期日	時間	場所	内容
市民スポーツデー (スポーツ施設の無料開放)	毎週水曜日 ※総合体育館、ひうち体育館は5日を除く	9:00~19:00	ひうち陸上競技場	ジョギング、ウォーキングなど
		9:00~22:00	総合体育館	トレーニング、バドミントン、卓球など
			ひうち体育館	トレーニング、卓球など
			西条西部体育館	バドミントン、卓球など
健康づくり教室(中高年)	毎週月・水曜日 ※3日を除く	9:00~11:00	ひうち体育館	バランス運動・ステップアップ運動 椅子を使つての運動・太極拳
母親・幼児スポーツ教室	毎週木曜日 ※6日を除く	9:00~12:00	総合体育館	対象:女性のかた(2歳~6歳の幼児を 対象に託児所があります) 種目:レクリエーションバレーボール、 バドミントン、卓球など
中高齢者スポーツ教室 (指導員が巡回します) ※1月1日~3日 はお休みします。	毎週火、木、土曜日	8:30~10:30	西条東部公園	グラウンドゴルフ
	毎日(日曜日は除く)	8:00~10:00	西ひうち緩衝緑地内広場	グラウンドゴルフ
	毎日	8:00~11:30	下島山グラウンド	クロッケー
	毎日(土、日、祝日は除く)	9:00~11:30	西条市民公園	グラウンドゴルフ
	毎日(日曜日は除く)	9:00~11:00	加茂川ふれあい広場	ゲートボール
	毎日(土・日は除く)	8:30~10:30	神戸公園グラウンド	グラウンドゴルフ
	毎日(日曜日は除く)	8:30~10:00	西田みんなの広場	クロッケー
	毎週火、木、土曜日	13:30~15:30	新兵衛みんなの広場	クロッケー
	毎週木曜日	13:30~15:30	飯岡公民館	軽スポーツ
	第2・第4土曜日	13:30~15:30	大町公民館	軽スポーツ
	7日(金)	13:30~15:30	大保木公民館	軽スポーツ
	毎週火曜日	8:30~10:30	石井記念公園	グラウンドゴルフ

## 1月の種目協会スポーツ教室

教室名	期日	時間	場所	内容
小・中学生陸上競技教室	第2・第4土曜日	9:00~12:00	ひうち陸上競技場	対象:小学5・6年生、中学生 定員:フリー
サッカー教室	8日(土)・15日(土) 22日(土)・29日(土)	9:00~12:00	ひうち陸上競技場	対象:小学生以上(一般可) 定員:50人 ※サッカーボール持参
柔道教室	15日(土)・22日(土) 29日(土)	9:00~12:00	総合体育館第2格技室	対象:小学生 定員:50人
バスケットボール教室	22日(土)・29日(土)	17:00~20:00	総合体育館	対象:小学4~6年生 定員:40人

お申し込み  
お問い合わせは

市民一人1スポーツ推進事業事務局(総合体育館内) TEL 0897-53-3140

## 1月のスポーツカレンダー

ご近所お誘いあわせて、観戦・応援にお出かけください。

日・曜日	時間	場所	行事名
2日(日)	8:00	ひうち陸上競技場・西条市民公園・ 西条西部公園・石井記念公園	市民サッカー大会
8日(土)	9:00	総合体育館	中学学年別卓球大会地区予選
15日(土)	9:00	総合体育館・ひうち体育館	県高等学校選抜大会東予地区予選会(バレーボール)
15日(土)	10:00	小松小学校体育館	ニュースポーツ教室 (シャフルボード・スマイルボウリング)
23日(日)	9:00	ひうち陸上競技場	耐寒マラソン大会
23日(日)	9:00	総合体育館	第38回西条市民親睦冬季バドミントン大会
23日(日)	8:00	市民公園グラウンド	県新人大大会東予予選(少年サッカー)
30日(日)	9:00	総合体育館・ひうち体育館	西条市バスケットボール協会杯

※行事の日程・場所等は、主催者側の都合で変更することがあります。