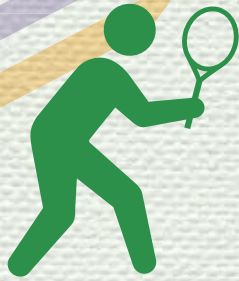


2023 多世代スポーツ 交流フェスティバル

スポーツに親しめる日



令和
5年

12月3日 日

午前の部：10時00分～12時00分
(お昼休憩：12時00分～13時00分)
午後の部：13時00分～15時00分
受付時間：午前の部 9時30分～
午後の部 12時30分～

スタンプラリー形式で
様々なスポーツを体験し、
景品をゲットしよう!



場 所 宇治市黄檗公園一帯(受付場所：体育館前)

対 象 年齢等制限なし(小学生以上推奨)

参加申込 ジュニアスケボースクールを除き事前申込不要
当日、受付でスタンプカードを配布します。

持 ち 物 運動できる服装、タオル、水分補給用ドリンク、上履き

景 品 合計4種目以上のスポーツを体験し、スタンプを集めると、
プレゼントがもらえるよ♪(景品交換所：体育館前)

RIDE ON! **NHK** **ジュニア** **スケボースクール**
in 宇治 **コラボ開催!!**

主催：NHK京都放送局
スケボー体験は
事前申込制です。
申込締切は
11/19(日)まで!!
詳しくはNHK京都
放送局のホームページ
をご覧ください。



©NHK・dwarf

**キッチンカーも
出店します!**



【お問い合わせ】宇治市産業観光部文化スポーツ課

☎0774-20-8759

◆共催：宇治市、(公財)宇治市公園公社、
(一財)宇治市スポーツ協会

◆後援：宇治市教育委員会

◆協賛：樋口鉱泉株式会社

2023 多世代スポーツ交流フェスティバル

●体育館（1F：コミュニティアリーナ）

体験種目	時間帯	体験内容等
スケートボード (事前申込必要)	午前・午後	・NHK ジュニアスケボースクール（1回1時間、4回実施予定） ・スポーツとしてのスケボーの安全な楽しみ方やマナーを体験してみよう！

●体育館（2F：オリエンテーション室）

体験種目	時間帯	体験内容等
ラジオ体操	午前・午後	・ラジオ体操指導士と一緒に体操しよう。

●体育館（3F：多目的アリーナ）

体験種目	時間帯	体験内容等
卓球	午前の部	・卓球を自由に楽しもう。 ・卓球協会の役員がラリーの相手もします。
太極拳		・カンフー体験（武術はカッコいい） ・入門太極拳（太極拳に触れよう） ・練功十八法（中国の健康体操で病気を予防し、免疫力を高めよう）
ホッケー		・ドリブル・パス・シュートなど基礎技術を各ブースに分かれて体験しよう。
バレーボール	午後の部	・バレーボールを楽しもう ・スマイルボールで楽しくプレーしよう（サーブ等）
少林寺拳法		・突き・蹴り・技を体験してみよう。
剣道		・基本的な剣道の動きを体験してみよう。礼法なども紹介しているよ。

●体育館（3F：トレーニング室）

体験種目	時間帯	体験内容等
筋力トレーニング 加圧トレーニング (当日先着順)	午前・午後	・トレーニング室の色々なマシーンをこの機会に体験してみよう。 ・パーソナルストレッチ、加圧、パーソナルトレーニングもトライしてみよう。

●弓道場（雨天中止）

体験種目	時間帯	体験内容等
弓道	午前の部	・矢道（的からおおよそ10m）から風船を狙い試射してみよう。 ※小学3年生以上対象

●野球場（雨天中止）

体験種目	時間帯	体験内容等
フライングディスク	午前・午後	・フライングディスクを体験しよう。
ティーボール	午前の部	・元女子プロ野球選手の小西美加さんによるティーボール体験！
グラウンド・ゴルフ	午後の部	・自由に体験しよう。 ・希望があれば担当者が一緒に競技します♪

●人工芝テニスコート（雨天中止）

体験種目	時間帯	体験内容等
ソフトテニス	午前の部	・ボール遊び（キャッチボール等） ・初心者コース（ラケットの握り、ラケットでボールつき競走等） ・中級者コース（ボール打ち、試合等）
硬式テニス	午後の部	・テニスボールをハンドトス又はラケットでゆるい球を出して、的をめがけて打ってみよう。 ・スマッシュ又はボレーも体験できるよ。

注意事項

- (1)参加中の事故については、加入する傷害保険の範囲内で対応しますが、原則として参加者自身の責任としますので、留意してご参加ください。
- (2)貴重品は各自で管理してください。
- (3)小学生以下のお子さんの行き帰り及び参加については、保護者の方が付き添っていただくなど保護者の責任のもと、十分留意ください。特に小学低学年以下のお子さんについては保護者の方が付き添っていただきご参加ください。
- (4)雨天等による屋外種目中止の場合は、午前8時に宇治市と(公財)宇治市公園公社のホームページでお知らせいたします。なお、午前7時の時点で宇治市に何らかの気象警報が発表されている場合は、全ての種目の開催を中止とします。また、開催中においても気象警報発表や急な降雨等により中止とする場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- (5)体験風景等を写真撮影し、広報等に使用させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。写真利用の場合、肖像権以外の個人名等の情報につきましては公開いたしません。
- (6)事業中の写真やビデオ撮影については、個人での鑑賞を目的とした場合のみ可能です。ホームページやブログなど外部への掲載はお断りします。
- (7)参加者多数の場合、会場への入場制限を行うことがあります。
- (8)駐車場には限りがありますので、公共交通機関のご利用もしくは乗り合わせでご来場ください。