


<b>&lt;クラブ名&gt;</b>	<b>&lt;市町村名&gt;</b>
スポレクすくも	宿毛市
	<b>&lt;クラブ紹介&gt;</b>
	<p>当クラブでは、「スポーツを通じて」「仲間づくり」「人づくり」「健康づくり」「まちづくり」を推進していきます。幼児から高齢者までの世代間の交流や地域のコミュニケーションの輪を広げるとともに、次世代を担う子どもたちの健全育成を目指します。</p> <p>今後については、リモート配信等を行っているサークルもありますので、お気軽にお問い合わせください。</p>

<b>&lt;サークル・教室名&gt;</b>	<b>&lt;参加対象&gt;</b>	<b>&lt;活動場所&gt;</b>	<b>&lt;活動頻度&gt;</b>
シニア体力づくり	シニア	和田体育館	第1・4水 10時～12時
シニア体力づくり（ヨガ）	シニア	和田体育館	第2水曜日 10時～12時
シニア体力づくり（3B体操）	シニア	和田体育館	第3水曜日 10時～13時
バウンドテニス教室	だれでも	和田体育館	毎週 水・日 13時～15時
健康マージャン教室	だれでも	さくら施設 交流広場	毎月 第2日曜日 9時～12時
空手（誠心会）	小学生～中学生	咸陽小・大島小	週4回
アスリートすくも（陸上）	小学生～中学生	宿毛市陸上競技場	毎週 水・金 17時～19時
ミニバスケットボール	小学生	宿毛小学校体育館	週3回
宿毛アスナローズ（軟式野球）	小学生	宿毛小学校グラウンド	毎週 月・水・金 17時～19時
山奈レインジャーズ（軟式野球）	小学生	平田公園多目的グラウンド	毎週 月・水・金 17時～20時
宿毛ソフトボールクラブ（ソフトボール）	小学生	野球場補助グラウンド	毎週 水・土 17時30分～20時
宿毛バドミントン愛好会JR	小学生～中学生	和田体育館	毎週 月・水・金 17時～19時
宿毛少年柔道クラブ	小学生	武道館	毎週 月・水・金 18時30分～20時30分
宿毛剣道連盟	小学生～一般	武道館	毎週 水・土 18時～20時
宿毛スポーツ協会バスケットボール部	一般	宿毛中学校体育館	週1回
スカッシュバレー（どらえもん）	だれでも	宿毛小学校体育館	週1回
スカッシュバレー（KRA）	だれでも	和田体育館	毎週 金曜日 10時～12時
バドミントン（ステップ）	だれでも	和田体育館	毎週 火曜日 13時～15時
スカッシュバレー（ひまわり）	だれでも	咸陽小学校体育館	毎週 日曜日 20時～22時
スカッシュバレー（ミラクルフルーツ）	だれでも	山奈小学校体育館	毎週 月曜日 20時～23時
スカッシュバレー（ふれんず）	だれでも	和田体育館	毎週 日曜日 20時～22時
スポレクin咸陽島	小学生	咸陽島公園	年1回
少年少女スポーツ教室	小学生～中学生	総合運動公園他	不定期開催
ウォーキングイベント	だれでも	市内一円	年2回程度（不定期）

上記以外、 24 教室・サークルが活動していますので、興味のある方は下記までお問い合わせください。

**<地域とのつながり>**

各種のスポーツ、体力づくり、レクリエーション、文化活動等に市内の幼児から高齢者まで誰もが参加できるクラブ運営を目指します。

**<活動に興味のある方はこちらまで！>**

**事務局**

事務局（和田体育館）： 名倉 寛文・弘瀬 亜矢美  
 運動公園管理事務所： 平田 耕児・山本 充恭

**連絡先**

事務局（和田体育館）： 0880-63-5554  
 運動公園管理事務所： 0880-66-1467