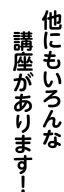
阿南市スポーツ総合センター サンアリーナ

講座案内・受講生募集



- 健康教室
- ●姿勢改善ストレッチヨガ
- ●脂肪燃焼エクササイズ
- ●体幹バランストレーニング





プール

- ■初歩からのクロール・背泳ぎ
- ●初めてのバタフライ
- ●初級スイミング
- ▶中級スイミング



- ◇有料講座は2,000円11枚綴りのチケットを購入し、1枚のチケットで1講座受講できます。
- ◇プールの有料講座を受講する場合は、プールの利用料が必要となります。
- ◇有料講座は事前申込が必要です。
- ◇無料講座も開催します。詳しくはホームページでご確認ください。

こども水泳講座

クラス名	曜日	時間	対 象	
B1、B2	水、金曜日	14:50~15:40	年中~年長	
C1~C4、C6	火~金、土曜日	16:00~16:50	年長~小学6年生	
C5、C7	土、日曜日	12:00~12:50	年長~小学6年生	
D1~D4	火~金曜日	17:30~18:20	- 小学1年~中学3年生	
D5	木曜日	17:30~18:20		
E1	火曜日	18:30~19:20	小学5年~中学3年生 進級基準学童3級合格者	



受講料-

月4回(週1回) …4,400円

月8回(週2回)

…6,600円

☆年齢や体力、能力に合わせた班編成で練習します。泳ぐ楽しさに気づき、泳力を身につけよう! ☆クラスによりキャンセル待ちになる場合があります。

営業時間 体育館 9:00~22:00、プール 10:00~21:00(最終受付20:30)

定休日 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日が休み) 問い合わせ 体育館 ☎22-2300、プール ☎22-8733

ホームページにてイベント等スケジュールをご覧ください。

阿南市スポーツ総合センタ

阿南市B&G海洋センター 令和4年5月のイベント

●うみてらすハワイアンダンス教室

日 時 5月14日 10:00~11:00

場 所 うみてらす北の脇2階 研修室

参加費 500円 定員 15人

申込方法 電話での申し込み(先着順)

講 師 わけべのりこフラスタジオ 安室英子さん

●親子で体験!海辺のまなびや

(砂浜に咲く海浜植物を観察しよう)

日 時 5月15日(日) 13:30~15:30

場 所 うみてらす北の脇2階 研修室

および北の脇海水浴場

対象 小中学生とその保護者

参加費 500円 定員 10組

申込方法 電話での申し込み(先着順)

講 師 牟岐少年自然の家

海洋環境学習アドバイザー 中島茂範さん

●うみてらすドローン体験会

日 時 5月21日 10:00~12:00

場 所 うみてらす北の脇2階 研修室



参加費 無料 定員 10組

申込方法 電話での申し込み(先着順)

講 師 Boon Drone 坂本義則さん、

日亜化学工業ドローン部 松原裕生さん

●うみてらすお菓子づくり教室

日 時 5月22日(日) 10:00~12:00

場 所 うみてらす北の脇2階 研修室

参加費 700円 定員 8人

申込方法 電話での申し込み(先着順)

講師 手作リパン&お菓子教室"aiko"上家愛子さん

●つくってたのしい!うみてらすかんたん工作教室

日 時 5月28日 13:00~14:30

場 所 うみてらす北の脇2階 研修室

対 象 年少~小学生

参加費 500円 定員 10人

申込方法 電話での申し込み(先着順)

講 師 楠本宏志さん

問い合わせ スポーツ振興課 ☎22-3394

スポーツクラブ は一ぷな長生 2022年度会 総合型地域スポーツクラブ

活動期間 4月1日~令和5年3月31日 申込期間 随時受付 申込方法 申込書(長生公民館備え付け)、またはメールにてお申し込みください。

	プログラム名	対 象	日時	場所	活動費(月額)
$\widehat{\mathcal{L}}$	スポンジテニス教室	小学 3 年生以上	毎週土曜日 14:00~16:00		500円
(公認指導者に	キッズスポーツ教室	3 歳児~ 小学 2 年生	毎週土曜日 16:20~17:20	長生小学校体育館	1,500円 または1回400円
考プログラ	バドミントン教室	小学 3 年生以上	毎週土曜日 17:30~19:15		500円
によべ	ジュニアバレーボール教室	小学生	毎週土曜日 10:00~12:00		500円
による指導)	卓球教室	小学生	毎週日曜日 13:00~15:00		500円
等	体幹エクササイズ	小学生	毎月第1・第3木曜日 20:00~21:30	長生公民館	1 回 400 円
	卓球	中学生以上 どなたでも	毎週日曜日 13:00~16:00	長生小学校体育館	500円
自中中	バレーボール	中学生以上 どなたでも	毎週火曜日 20:00~22:00		1,000円
(自由に仲間と活動)中学生以上大人	スポンジテニス	中学生以上 どなたでも	毎週土曜日 14:00~16:00		500円
	バドミントン	中学生以上 どなたでも	毎週木曜日 20:00~22:00 毎週土曜日 17:30~19:15		1,000円 または1回400円
	体幹エクササイズ	中学生以上 どなたでも	毎月第1·第3土曜日 10:00~12:00		1 回 400 円 会員外 600 円

年会費

区分	1歳以上	小·中学生	高校生	大人	65歳以上
新 規	1,800円	2,300円	3,850円	4,350円	3,700円
継続	1,300円	1,800円	3,350円	3,850円	3,200円

※スポーツ安全保険料(中学生以下800円、高校生・大人1,850円、65歳以上1,200円)が含まれています。

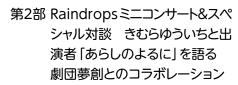
問い合わせ スポーツクラブ はーぷな長生事務局 秋本 2090-3460-3409

e-mail:nagaikesc@gmail.com

竹下景子朗読音楽劇 あらしのよるに ~ガブとメイ 思い出のあしあと~

プログラム

第1部 竹下景子朗読音楽劇 音楽と語 りのオオカミとヤギの物語





(撮影 篠山紀信)

日時 5月28日(土) 18:30開演

5月29日(日) 13:00開演

場所 コスモホール(情報文化センター)

入場料 【全席指定】3,500円(当日500円増し) ※前売りが完売した場合、当日券の販売はありません。

チケット販売場所

情報文化センター、文化会館、平惣(阿南セン ター店、羽ノ浦店、小松島店、徳島店、田宮 店)、徳島新聞社事業部(各販売所で取次ぎ)

問い合わせ 情報文化センター ☎44-5000

フルートと歌の ファミリーコンサート

フルートと歌のファミリーコンサート。穏やかなフルート と歌の音色をご家族でお楽しみください。

胡日 5月15日(日) 14:00開演

場所 コスモホール(情報文化セ

ンター)

澁谷華奈子(フルート)、 出演

> 真鍋美恵(ソプラノ)、 中山知彦(バリトン)、

三村加奈(ピアノ)

愛の挨拶、白鳥、待ちぼうけ、 曲日 さびしいカシの木ほか

入場料 小学生以上700円、YCC会員500円

※当日も同額 ※3歳からご入場いただけます。

チケット販売場所

文化会館、情報文化センター、 夢ホール市民協議会事務所

申込方法 ホームページの「参加申込・チケ ット予約」よりお申し込みください。

問い合わせ 文化会館「ファミリーコンサート係」 **☎**23-5599



「第61回 阿南市美術展」 出品作品募集

5月1日(日)~3日(祝 9:00~17:00 開催日

(3日は16:00まで)

場所 文化会館 視聴覚室、研修室

出品資格 市内在住者または出身者、その他阿南市

> と関係の深い方で、阿南市美術協会の会 員の方(初めて出品される方は、阿南市美

術協会に入会していただきます。) ※中学生以下の方は出品できません。

出品点数 1人につき1部門あたり2点まで 出品規格

日本画 6号以上50号まで(額装または表装)

洋画 6号以上50号まで(額装)

書道 聯落以下(額装または軸仕立て、縦横自由) ●単写真、組写真とも半切およびA3から 写真

> 全倍サイズ、画面の長辺は40㎝以上90 m以内●スクエアサイズ(正方形)は一辺 が30cm以上50cm以内●組写真は1パネ ル(縦180cm×横90cm以内)に全作品を縦

に固定

彫塑工芸 1.5㎡以内(展示にふさわしいよう仕立て

ること。)

※作品にガラスを用いないこと。アクリル 板可(工芸の押し花作品のみガラス可)

出品料 1点につき500円

> 美術協会年会費1,500円(初めて出品さ れる方と3年以上出品されていない方は、

入会金1.000円が必要)

作品搬入 4月29日紀 13:30~17:00

受付場所 文化会館 【書道】 1階 視聴覚室 【そのほか】 2階 研修室

※この日以外の受付はできません。

出品申込 4月18日(月)(必着)までにはがき(文化振興

課備え付け)で申し込みをしてください。 ※締め切りを過ぎると目録に掲載すること

ができません。

問い合わせ 文化振興課 ☎22-1798

阿南市史第六巻発刊のお知らせ

羽ノ浦町近現代編としての「阿南市史第六巻」を発刊 しました。ぜひご購入ください。

販売開始日 4月1日金

販売場所 文化振興課(市役所6階)、阿波公方・民

俗資料館(那賀川町古津339番地1)

販売時間 9:00~16:00

> ※文化振興課は平日のみ。阿波公方・ 民俗資料館は月曜日、祝日を除く。

3,000円(稅込)※事前申込不要 販売金額

問い合わせ 文化振興課 ☎22-1798