

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



スタジオ

- 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



他にもいろいろな
講座があります！



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 受講生募集中!

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ー

🔍 検索

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(土) 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スタジオ 安室英子さん

対象 小学生以上
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

●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 手作りパン&お菓子教室“aiko” 上家愛子さん

●うみてらすドローン体験会

日時 5月21日(土) 10:00~12:00
場所 うみてらす北の脇2階 研修室

●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(土) 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

総合型地域スポーツクラブ スポーツクラブ はーぶな長生 2022年度 会員募集

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)
(公認指導者による指導)	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	長生小学校体育館	500円
	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		1,500円 または1回400円
	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
	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
	卓球教室	小学生	毎週日曜日 13:00~15:00		500円
	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
(中学生以上大人と活動)	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
	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
	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

問い合わせ スポーツクラブ はーぶな長生事務局
秋本 ☎090-3460-3409
e-mail:nagaikeesc@gmail.com

※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。

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
- 第2部 Raindropsミニコンサート&スペシャル対談 きむらゆういちと出演者「あらしのよるに」を語る 劇団夢創とのコラボレーション



竹下景子
(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

フルーツと歌の ファミリーコンサート

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

日時 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)

出演 澁谷華奈子(フルーツ)、
真鍋美恵(ソプラノ)、
中山知彦(バリトン)、
三村加奈(ピアノ)

曲目 愛の挨拶、白鳥、待ちぼうけ、
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

開催日 5月1日(日)～3日(祝) 9:00～17:00
(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)

写真 ●単写真、組写真とも半切およびA3から全倍サイズ、画面の長辺は40cm以上90cm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(祝) 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。

販売金額 3,000円(税込)※事前申込不要

問い合わせ 文化振興課 ☎22-1798