

阿南市健康スポーツフェスタ2023開催!!

日時 10月9日(祝) (スポーツの日) 9:30~12:00
 場所 羽ノ浦スポーツセンター(羽ノ浦町宮倉沢田100番地)
 参加料 無料



誰もが気軽にスポーツを楽しめるイベントを、令和5年2月に完成しました「羽ノ浦スポーツセンター」を会場として実施します。当施設の「メインアリーナ」、「サブアリーナ(武道場)」、「多目的スペース(卓球場)」にて多種多様なスポーツを体験していただけます。ここでは、実際に行う内容の一部をご紹介します。

ヘルスアップエリア (サブアリーナ)

フィットネス講座や各種測定、測定結果に基づく健康カウンセリングを実施します。スポーツに親しみながら健康づくりを行いましょ。

フィットネス講座
 ヨガ、エアロビクス、ボクシングエアロ、
 家族でピラティス等

各種測定会
 インボディ測定会、姿勢測定器
 モトタイル、スープリュームビジョン

エンジョイスportsエリア (多目的スペース)

スポーツが苦手な方、体力に自信のない方でも参加できるプログラムとして、ニュースポーツやダンスの体験会を実施します。子どもから高齢者まで、家族でもスポーツに親しみましょ。

「ポッチャ」、
 「カラーリング」
 体験会

いつでも、だれとでも
 「投げる/体験ゲーム・
 ブース」

子ども体験会
 「リズム体操」、「キッズダンス」、
 「おもしろ体力測定」を予定

問い合わせ スポーツ振興課 ☎22-3394

しんきんサンアリーナ (スポーツ総合センター) イベント情報

- 10月子ども講座 1 day 無料体験会開催!
 期間 10月1日(日)~13日(金)
 ※2日(月)、10日(火)は休館日のため、練習はありません。
 その他、日により受付をしない場合があります。
- 対象 就学前年中~中学3年生
- 定員 各クラス若干名 ※クラスによっては受付を制限しています。
- 申込方法 9月26日(火)11:00~しんきんサンアリーナ温水プールに電話でお申し込みください。
 ※各クラス定員になりしだい終了
- ※講座の時間、対象年齢など、詳しくはホームページにてご確認ください。
- 10月子ども講座 期間限定土日増設クラス開講のお知らせ
 増設クラス 土、日曜日 10:40~11:30 (50分)
 期間 10月28日(土)~令和6年3月31日(日)
 対象 就学前年中~小学生で初心者の方
 定員 各クラス15人
 参加費 1カ月4,400円
 申込方法 10月1日(日)からしんきんサンアリーナ温水プールにて申込用紙を記入してください。
 ※各クラス定員になりしだい終了



うみてらす北の脇イベント情報 (令和5年10月)

- 浜辺の貝殻で、キーホルダーを作ろう
 日程 火~日曜日 9:00~17:00
 場所 うみてらす北の脇1階
 費用 1個300円(税込)~
- うみてらすハワイアンダンス教室
 日時 10月7日(土) 10:00~11:00
 場所 うみてらす北の脇2階 研修室
 参加費 1人600円(税込)
 ※室内シューズ持参・運動できる服装で集合ください。
- 海と風を感じるリラックスヨガ
 日時 10月28日(土) 10:00~11:00
 場所 うみてらす北の脇2階 研修室
 対象 16歳以上の方 定員 10人
 参加費 1人1,000円(税込)
 ※ヨガマットを持参ください。バスタオルでもOKです。
- けんこう体操教室
 日程 毎週金曜日 10:00~10:30
 場所 うみてらす北の脇2階 研修室
 参加費 1人500円(税込)
 ※床に敷く、バスタオルまたはヨガマットをお持ちください。

問い合わせ
 しんきんサンアリーナ温水プール ☎22-8733
 受付時間 平日12:00~19:00
 土、日曜日11:00~17:00

申し込み・問い合わせ
 うみてらす北の脇(阿南市B&G海洋センター複合型施設)
 ☎28-9933