



うみてらす北の脇イベント情報



●ハワイアンダンス教室♪

日 時 5月3日(祝)、6月7日(土) 10:00～11:00
場 所 うみてらす北の脇 2階 海見える研修室
参加費 1人600円
 ※室内シューズ持参、運動できる服装で集合してください。

●おとな英会話教室 ※電話でご予約ください。

日 時 5月10日(土)、24日(土)、6月14日(土)、28日(土)
 14:00～15:00
場 所 うみてらす北の脇 2階 海見える研修室
定 員 10人 **参加費** 1人500円
持参物 筆記用具

●海と風を感じるリラックスヨガ

※電話でご予約ください。
日 時 5月24日(土)、6月28日(土) 10:00～11:00
場 所 うみてらす北の脇 2階 海見える研修室
定 員 10人 **参加費** 1人1,000円
持参物 ヨガマット (バスタオルでもOK)

●海のクラフト体験 ※電話でご予約ください。

日 程 5月、6月 9:00～17:00 ※休館日を除く
参加費 ①貝殻のキーホルダー 400円
 ②小さな瓶の砂浜 500円
 ③海のフォトフレーム 600円

※各教室・イベントについては急遽日程が変更となる場合があります。事前に電話でお問い合わせください。

●PUSH コース (簡易心肺蘇生講習)

※電話でご予約ください。
 胸骨圧迫 (心臓マッサージ) と AED を学ぼう !!
日 程 5月、6月 (火曜日～日曜日) 9:00～17:00
 ※60分程度
場 所 うみてらす北の脇
定 員 10人 **参加費** 無料

●SUP・カヤック体験教室 ※電話でご予約ください。

日 程 5月、6月 (火曜日～日曜日)
 午前の部 10:00～11:30
 午後の部 13:00～14:30
対 象 小学5年生以上
 小学4年生以下のお子さまは保護者とペアで乗っていただけます。
参加費 ▶SUP 3,500円
 ▶カヤック (1人乗り) 2,200円
 ▶カヤック (2人乗り) 3,500円
 ▶BIG SUP (10人乗り、60分) 1人1,000円 ※3人以上から申込可能
 ※当日、悪天候 (強風や波浪) により、中止する場合があります。

●バーベキューを楽しもう！

期 間 5月1日(休)～10月31日(金)
利用料 1グループ 500円
 ※食材・器材は、持ち込みになります。
 ※バーベキューセットのレンタルあります (有料)
 ※詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ うみてらす北の脇 ☎28-9933

しんきんサンアリーナ (スポーツ総合センター) お知らせ

●「ゴールデンウィークファミリーイベント」開催

ゴールデンウィークはサンアリーナで、みんなで楽しく体を動かそう！

開催日 5月6日 (振休)

内 容

▶親子でプールデビュー！ 10:30～11:00

対象 年中～小学生のお子さまと保護者
(18歳以上) 6組

▶からだが喜ぶアクアウォーク 11:15～11:45

対象 18歳以上 15人

参加料 プール入館料のみ

(幼児無料、小・中学生 300円、一般 500円、65歳以上 250円)

申込方法 4月22日(火) 11:00～体育館受付にお越し
 いただくか、電話でお申し込みください。

※先着順

●こどもわくわくプロジェクト「リズム＆ダンス」開催

OKスポーツクラブのダンスインストラクターがお届けする「楽しい！」「かっこいい！」がいっぱいのリズム＆ダンスレッスン♪

日 時 5月24日(土) 10:30～11:20

対 象 就学前年中・年長

参加料 1,100円

申込方法 4月29日(祝) 11:00～体育館受付にお越し
 いただくか、電話でお申し込みください。

※先着順



問い合わせ しんきんサンアリーナ (スポーツ総合センター)

体育館受付 ☎22-2300 プール受付 ☎22-8733