

2019年度後期運動教室

JAバンク蔵本公園

教室生募集



申込

8月19日(月)~9月19日(木)
※申込み方法は、裏面をご覧ください

受講決定

10月2日(水) 9:00~
ホームページ及び事務所前掲示板にて発表

支払

10月2日(水)~10月7日(月)
火曜日を除く 9:00~19:00

教室期間

10月21日(月)より順次スタート
3月上旬まで

一般財団法人徳島県スポーツ振興財団

会 場

J Aバンク蔵本公園

ちょこっと ダンスB♪



- 月曜日 11:00~11:50
 - 受講料/3000円(約15回分)
 - 講 師/吉本栄里子
 - 対 象/18歳以上
 - 定 員/15名
- 音楽に合わせて楽しく踊り、心も体もリフレッシュ♪

ちょこっと ダンスA♪



- 月曜日 10:00~10:50
 - 受講料/3000円(約15回分)
 - 講 師/吉本栄里子
 - 対 象/18歳以上
 - 定 員/15名
- 音楽に合わせて楽しく踊り、心も体もリフレッシュ♪

生き生き 筋活A



- 月曜日 13:00~13:50
 - 受講料/3000円(約15回分)
 - 講 師/財団職員
 - 対 象/18歳以上
 - 定 員/20名
- 健康寿命を伸ばす為に、足腰を鍛えていつまでも元気な体作りを応援します。

トレーニング



- 月曜日 14:00~14:50
 - 受講料/3000円(約15回分)
 - 講 師/財団職員
 - 対 象/18歳以上
 - 定 員/30名
- 自重や器具を使って体質改善を図ります。

ジュニア スポーツ 1年生



- 月曜日 16:00~16:50
 - 受講料/1500円(約15回分)
 - 講 師/財団職員
 - 対 象/小学1年生
 - 定 員/15名
- 器械体操や様々なスポーツにチャレンジします。

シュレイ先生の やさしい英会話



- 水曜日 19:00~19:50
 - 受講料/3000円(約15回分)
 - 講 師/ウィルス シュレイ
 - 対 象/18歳以上
 - 定 員/15名
- 簡単な日常英会話を身につけます。

親子うんどう



- 木曜日 10:00~10:45
 - 受講料/3000円(約15回分)
 - 講 師/榎勢弓・柏原葉月
 - 対 象/2,3歳児と保護者
 - 定 員/10組
- 親子のスキンシップを図り、遊びながら体の使い方を学びます。

ジュニア スポーツ 2年生



- 木曜日 16:00~16:50
 - 受講料/1500円(約15回分)
 - 講 師/財団職員
 - 対 象/小学2年生
 - 定 員/15名
- 器械体操や様々なスポーツにチャレンジします。

肩こり腰痛 解消体操



- 金曜日 11:00~11:50
 - 受講料/3000円(約15回分)
 - 講 師/中窪 武久
 - 対 象/40歳以上
 - 定 員/25名
- 様々な体操で体のゆがみを整えます。

会 場

障害者支援施設 眉山園

〒770-0045 徳島県徳島市南庄町5丁目77-3

ユニバーサル スポーツ体験



- 水曜日 11:00~11:50
 - 受講料/1500円(約15回分)
 - 講 師/財団職員
 - 対 象/60歳以上
 - 定 員/20名
- 誰でも手軽にできる種目なので、障がいを持った方でも一緒に楽しめます。

生き生き 筋活B




- 水曜日 9:30~10:20
 - 受講料/3000円(約15回分)
 - 講 師/財団職員
 - 対 象/18歳以上
 - 定 員/20名
- 健康寿命を伸ばす為に、足腰を鍛えていつまでも元気な体作りを応援します。

生活習慣病 予防



- 水曜日 13:00~13:50
 - 受講料/3000円(約15回分)
 - 講 師/徳大リハビリテーション部
 - 対 象/18歳以上
 - 定 員/20名
- 理学療法士によるトレーニングです。教室前後には測定も行います。

月	ちよこっと ダンスA 10:00~10:50 蔵本公園	ちよこっと ダンスB 11:00~11:50 蔵本公園	生き生き 筋活A 13:00~13:50 蔵本公園	トレーニング 14:00~14:50 蔵本公園	ジュニアスポーツ 1年生 16:00~16:50 蔵本公園
水	生き生き 筋活B 9:30~10:20 眉山園	ユニバーサル スポーツ体験 11:00~11:50 眉山園	生活習慣病 予防 13:00~13:50 眉山園		シュレイ先生の やさしい英会話 19:00~19:50 蔵本公園
木	親子うんどう 10:00~10:45 蔵本公園				ジュニアスポーツ 2年生 16:00~16:50 蔵本公園
金	肩こり腰痛 解消体操 11:00~11:50 蔵本公園				

2019年度後期運動教室 徳島県立中央武道館 教室生募集

募集期間 8月19日(月)~9月19日(木)

☎088-652-1831



リスタート弓道教室

- 木曜日 18:30~20:30
- 受講料/5000円(約20回分)
- 講師/徳島県弓道連盟
- 対象/18歳以上(経験者)
- 定員/15名



弓道経験者にもう一度弓道を始めるきっかけづくりとして指導します。

受付方法

- 申込期間 ※火曜日を除く
8月19日(月)~9月19日(木) 9:00~19:00
- 申込方法
お電話若しくは直接中央武道館事務所で受付します。
- 当選発表・支払手続
10月2日(水)~10月7日(月)
ホームページ及び施設内の掲示板

一般財団法人徳島県スポーツ振興財団

〒770-0852 徳島市徳島町城内6

HP: <https://www.awa-spo.net>

※火曜日休館日

※当施設に専用駐車場はありません

お車の方は最寄りの有料駐車場をご利用下さい。



※期日内にお支払いいただけない場合は、当選無効とします。

※お支払い後の返金はできません。

※受講料以外に別途スポーツ安全保険料が必要です。
(64歳以下1,850円 65歳以上1,200円)

申込期間

令和元年8月19日(月)～9月19日(木)

火曜日を除く 9:00～19:00

申込方法

直接JAバンク蔵本公園事務所にて申込用紙に必要事項を記入し受付番号を受け取ります。

注意事項

- 電話受付はできません。
- 申込用紙はホームページよりダウンロードできます。
- 定員を超えた場合はコンピューターによる厳正な抽選を行います。
(※令和元年度前期教室を受講していない方を優先対象とします。)
- 同じ教室名ABクラスの同時申込はできません。**
- 期間内にお支払いいただけない場合は当選無効とします。
- 当選後のキャンセルはできません。**
(キャンセルの場合はペナルティとして、次回複数申込できません。)
- お支払い後の返金はできません。
- 受講料以外に別途スポーツ安全保険料が必要です。
64歳以下1,850円 65歳以上1,200円 子ども800円(中学生以下)
※2019年度前期教室・短期教室 I・II 期に受講されている方は必要ありません。
- 対象年齢は2019年4月2日の時点とします。

当選発表

令和元年10月2日(水) 9:00～

ホームページ及びJAバンク蔵本公園事務所前掲示板にて発表

支払手続

10月2日(水)～10月7日(月) 火曜日を除く 9:00～19:00

一般財団法人徳島県スポーツ振興財団

徳島市庄町1丁目76-2

HP: <https://www.awa-spo.net>

TEL: 088-631-7549 ※火曜休館日

