

♪レクチャーコンサート  
**アクシスの夕べ Part 11**  
 ~声楽デュオ編~

出演者による曲のエピソードや楽器の解説など、気軽に音楽に触れることができるコンサートです。

今回は、昨年行われた「アクシス第九コンサート」の総監督を務めた桑原啓郎さんとソリストを務めた桑原京子さんご夫妻による声楽デュオ編です。

土曜の夜、食後の優雅なひとときを過ごしませんか！お気軽にご来場ください。

日時 4月30日(土) 開場 18:30 開演 19:00

会場 アクシスかつらぎ 多目的ホール

入場料 無料



桑原 啓郎



桑原 京子

プログラム 野ばら(シューベルト) 帰れソレントへ(ナポリ民謡) オペラ「カルメン」より~ハバネラ~(ビゼー) オペラ「フィガロの結婚」より~もう飛ぶまいぞ、この蝶々~(モーツァルト) ほか

問合せ アクシスかつらぎ 電話 055 948 0225

第21回

伊豆長岡温泉  
**下駄マラソン大会**

日時 4月29日(金) 10:00 ~ 15:00 雨天決行

会場 アクシスかつらぎ(スタート・ゴール)

種目 **下駄マラソン** 下駄を履いてスピードを競うマラソンです。部門一般(中学生以上)/男性・女性 小学生以下/男子・女子 受付 10:30 ~ 11:30 スタート 12:00

**仮装ウォーク** 下駄を履き、仮装してコースを歩いた後、伊豆の国市誕生をテーマとした3分以内のパフォーマンスをしていただき審査します。受付 10:00 ~ 11:00 スタート 11:00 仮装パフォーマンス 13:00

**七福神ウォーキング** 下駄を履き、コースに設置されたチェックポイント7カ所すべてを回ってください。賞品が当たるくじもあります 受付(当日受付のみ) 10:00 ~ 11:00 スタートは受付次第随時

募集人員 800名(先着順)

参加費 1,000円(保険料、下駄1足込み:大会当日受付けにて支払い)

コース 温泉街(源氏山)1周約4km

申込み 4月25日(月)までに伊豆の国観光協会へFAX、電話、またはホームページでお申し込みください。

問合せ 伊豆の国観光協会 電話 055 948 0304 FAX 055 948 5151

http://www.izunotabi.com

**温泉まんじゅう詰め合せ販売!!**

伊豆長岡温泉の温泉まんじゅう屋さんすべてが1箱で味わえる「温泉まんじゅう詰め合せ」を10:00よりアクシスかつらぎで販売します。

1箱700円(税込み:温泉まんじゅう9個+まゆ玉1個)です。

問合せ 観光商工課 電話 055 948 1480

No.	教室名	定員	期間	時間	教室内容
1	親子水泳教室1	20組	5月14日~7月16日(土)	10:45~11:30	3才~年中児と保護者
2	子ども水泳教室1	15人	5月10日~7月12日(火)	16:00~16:50	水慣れ・バタ足
3	子ども水泳教室2	15人	5月11日~7月13日(水)	16:00~16:50	水慣れ・バタ足
4	子ども水泳教室3	15人	5月12日~7月14日(木)	16:00~16:50	水慣れ・バタ足
5	子ども水泳教室4	15人	5月13日~7月15日(金)	16:00~16:50	水慣れ・バタ足
6	子ども水泳教室5	15人	5月13日~7月15日(金)	16:00~16:50	水慣れ・バタ足
7	子ども水泳教室6	20人	5月10日~7月12日(火)	17:00~17:50	呼吸なしクロールを練習するクラス
8	子ども水泳教室7	20人	5月11日~7月13日(水)	17:00~17:50	呼吸なしクロールを練習するクラス
9	子ども水泳教室8	20人	5月12日~7月14日(木)	17:00~17:50	呼吸なしクロールを練習するクラス
10	子ども水泳教室9	20人	5月13日~7月15日(金)	17:00~17:50	呼吸なしクロールを練習するクラス
11	子ども水泳教室10	20人	5月11日~7月13日(水)	17:00~17:50	呼吸付きクロールを練習するクラス
12	子ども水泳教室11	20人	5月12日~7月14日(木)	17:00~17:50	呼吸付きクロールを練習するクラス
13	子ども水泳教室12	20人	5月13日~7月15日(金)	17:00~17:50	呼吸付きクロールを練習するクラス
14	子ども水泳教室13	20人	5月10日~7月12日(火)	18:00~18:50	呼吸付きクロールを練習するクラス
15	子ども水泳教室14	20人	5月11日~7月13日(水)	18:00~18:50	三泳法
16	子ども水泳教室15	20人	5月12日~7月14日(木)	18:00~18:50	三泳法
17	子ども水泳教室16	20人	5月13日~7月15日(金)	18:00~18:50	三泳法
18	子ども水泳教室17	20人	5月11日~7月13日(水)	18:00~18:50	四泳法
19	子ども水泳教室18	20人	5月12日~7月14日(木)	18:00~18:50	四泳法
20	子ども水泳教室19	20人	5月13日~7月15日(金)	18:00~18:50	四泳法
21	大人水泳教室1	20人	5月10日~7月12日(火)	10:00~11:00	C・D
22	大人水泳教室2	20人	5月11日~7月13日(水)	10:00~11:00	A・B
23	大人水泳教室3	20人	5月13日~7月15日(金)	10:00~11:00	A・B
24	大人水泳教室4	20人	5月10日~7月12日(火)	13:30~14:30	A・B
25	大人水泳教室5	20人	5月12日~7月14日(木)	13:30~14:30	C・D
26	大人水泳教室6	20人	5月12日~7月14日(木)	18:50~19:50	A~D
27	腰痛水泳教室1	20人	5月12日~7月14日(木)	10:00~11:00	泳いだり・歩いたり改善予防
28	機能改善教室1	20人	5月10日~7月12日(火)	11:10~11:55	天城流湯治
29	バランスウォーク教室1	25人	5月11日~7月13日(水)	13:30~14:30	姿勢よく歩きバランスup
30	シンプルアクア教室1	20人	5月10日~7月12日(火)	19:00~19:45	基本の水中運動
31	スーパーダンス教室1	30人	5月11日~7月13日(水)	11:10~11:55	ミットを使用して筋力アップ
32	スーパーダンス教室2	30人	5月13日~7月15日(金)	11:10~11:55	ミットを使用して筋力アップ
33	スーパーダンス教室3	20人	5月11日~7月13日(水)	19:00~19:45	ミットを使用して筋力アップ
34	アクアピクス教室1	20人	5月12日~7月14日(木)	11:10~11:55	体力UPやシェイプUPしたい方
35	水中エアロピクス教室1	20人	5月13日~7月15日(金)	13:30~14:15	初めての方でも気軽に水中ダンス
36	アクアピクス教室2	20人	5月13日~7月15日(金)	19:00~19:45	体力UPやシェイプUPしたい方

各教室は期間中、全10回を予定しています

楽しく泳いで、歩いて、踊って健康づくり

平成17年度・前期

**水泳教室参加者募集**

長岡温水プールでは、皆さんの健康増進・体力づくりなどのために、水泳教室を開催します。泳ぎが得意でない人や、運動不足気味の人に最適です。

大人水泳教室内容は、次のとおりです。

- A...初めて水泳教室を始める方。顔付け・水の浮き方から指導します。
- B...クロールの呼吸を上手にしたい方・背泳ぎにもチャレンジ。
- C...クロール・背泳ぎを綺麗に長く泳ぎたい、他の種目も挑戦したい方。
- D...4種目を泳いで健康維持・増進をはかりましょう。



会場 長岡温水プール「プールサンゆう」

参加料 3,000円(全10回) その他施設使用料が必要  
1回:大人300円、子ども100円(回数券あり)

申込み 各教室とも温水プールまで直接申し込みに来て  
ください。必要なものは、参加料、印鑑(No.1  
~20のみ必要)

対象 No.1 親子水泳教室は3才~年中児と保護者  
No.2~20 子ども水泳教室は年長児~小学生  
No.21~36 は成人(ただし、夜間の教室は中学生  
以上)

受付開始日(先着順)

【大人】(市内外者) 4月15日(金) 9:00 ~

【親子・子ども】(市内者) 4月18日(月) 9:00 ~

(市外者) 4月19日(火) から随時受付

問合せ プールサンゆう 電話 055 947 0176