

せいこドームからのお知らせ

【教室情報】

各教室のお申し込みはせいこドーム石井(22-3944)まで!!

あびらチャンネルでおなじみ

◎齊藤先生とはじめて筋トレ◎

トレーニング室のマシンの使い方や効率の良い運動の仕方を学びながら、楽しく体を鍛えていきましょう!

日時・内容：◎3月1日(木)

体力・持久力アップコース(全5回)

13時15分～14時30分

持ち物：運動靴、タオル、飲み物

参加費：無料(別途トレーニング室利用料が必要)

定員：8名

申込み：2月20日(火)～(先着順)

※せいこドーム窓口で申込書を記入・提出ください。教室実施時はせいこドームトレーニング室を貸切使用とします。

◎ママヨガ教室◎

子育て仲間を作って、賑やかな雰囲気の中で、親子で楽しく体を動かしましょう!

日時：2月22日

3月1、8、15日 10:30～11:30

参加費：無料

その他：はだしになれるようご準備ください。

インボディー一般開放

2月	23日(金)	10:00～12:00
	27日(火)	16:30～18:30
3月	16日(金)	10:00～12:00
	20日(火)	16:30～18:30

心臓ペースメーカーを装着されている方は使用できません。妊娠中・生理中の方も測定を控えてください。

問合せ 健康福祉課 健康推進グループ

☎25-2425

教育委員会 社会教育グループ

☎25-2083

せいこドームご利用案内

営業時間：10時～21時 3月休館日：5日(月)

料金案内	中学生	高校生	大人	60歳以上
トレーニング室	60円		160円	
アリーナ	110円	210円	310円	

*トレーニング室内のランニングマシンが1台故障中です。込み合う場合がありますので、譲り合つてのご利用をお願いします。

屋外リンクは2月25日(日)でクローズします。今シーズンもたくさんのご利用ありがとうございました!



中村奨太選手を
みんなで応援しよう!



パブリックビューイング開催!

中村奨太選手が出場予定の「団体追い抜き」と「マススタート」の2種目で、パブリックビューイングを開催します。たくさんの皆様のご来場をお待ちしています!

日時：2月21日(水) 男子団体追い抜き決勝 開場 19:00、開会 19:40

2月24日(土) 男子マススタート決勝 開場 19:45、開会 20:20

※予選及び選手登録の関係上、直前に中止とする場合があります。安平町のホームページかフェイスブックをご確認ください。

問合せ 教育委員会社会教育グループ TEL 25-2083