

せいこドームからのお知らせ

【プール】 3月1日(金) プールオープン!

3月1日(金)10時よりプールの営業を再開します。
今年も町民の皆様が元気に健康でいられるように
たくさんプールをご活用ください。
【通常営業時間】 10時～21時

オープンに先立ち、2月22日(木)～2月29日(木)まで
プレオープンします。

【プレ営業時間】 10時～18時

2月22日(木)、23日(金・祝)はプール利用料 無料

※プレ期間中プール会員証ご提示でプール入館料 無料



【プール】 遊泳コース変更のお知らせ

歩くコースが入口近くに変更になりました。それ
に伴い遊泳コースも変更となります。時間帯や状況
により利用コースは変更となる場合があります。ゆ
ずりあってご利用ください。

※平日 15時～17時/土曜日 10時～12時は子
ども水泳教室のため、歩くコース・泳ぐコースの一部
が使えないことがありますのでご了承ください。

【プール】 プールプログラム参加者募集!

受講料月額 2,000円(お好きなプログラム受け放題)

火	水	木	金	土	日
プールサイド ストレッチ 10:30～11:00			プールサイド ストレッチ 10:30～11:00		週替わりメニュー 1. バタフライ 2. 背泳ぎ 3. 平泳ぎ 4. クロール
ショートアクア 11:00～11:30		はじめて水泳教室 10:30～11:30	ショートアクア 11:00～11:30		
クロール 11:30～12:00			平泳ぎ 11:30～12:00		
週替わりメニュー 1. スタート 2. ターン 3. フィン 4. ダッシュ	水中運動 13:30～14:00	およ GO!ひろみ 13:30～14:30	基本のバタフライ 13:30～14:00	水中運動 13:30～14:00	週替わりスイミング 13:30～14:30
	週替わりスイミング 14:00～14:30		ちょこっとスイム 14:00～14:30	ちょこっとスイム 14:00～14:30	
	水泳教室 19:00～19:45	ウォーキング+おまけ 19:45～20:15	水泳教室 19:00～19:45	ウォーキング+おまけ 19:45～20:15	

【フロア】 フロアプログラム

【水曜日】12時45分～13時15分 サーキット
13時30分～14時 バランスボール
【木曜日】18時30分～19時 サーキット
【土曜日】12時45分～13時15分 サーキット

受講料:300円(1回毎)
窓口でお申し込みください。

□インボディ測定会

3月19日(火)
9時30分～11時30分
3月22日(金)
12時～15時
18時～19時30分

3月のインボディ測定時に野菜摂
取レベルがわかる『ベジチェック測
定』も同時に開催します。
どちらも簡単に測定できますので
お気軽にお越しください。

【問合せ】
健康福祉課健康推進グループ
☎29-7071
安平町スポーツセンター
☎22-3944



□せいこドームご利用案内

営業時間 10時～21時
休館日【全館】3月4日(月)
【プール】3月4、11、18、25日 毎週月曜日

□問合せ

安平町スポーツセンター
☎22-3944 <https://abisupo.com>

料金表	トレーニング室	プール	リンク
中学生	60円	110円	110円
高校生	160円	210円	210円
大人		310円	310円
60歳以上		110円	