

せいこドームからのお知らせ

☎:22-3944
FAX:22-3929

仲間と一緒に
家族と一緒に

ノルディックウォーキング体験

ポールを使って歩き、全身運動ができるのがノルディックウォーキングです。通常のウォーキングよりも運動量があり、ジョギングよりもラクに長くできるため、最近人気の運動です。

お腹のお肉が気になる方や、家族で楽しく運動したい方、是非ご参加下さい！

日 時：8/16(木)、17(金) 10:15～11:45

対 象：お子様からご参加いただけます

コース：スポーツセンター周辺(3km程度)

持ち物：タオル、飲み物(リュックがあると便利！)

その他：雨天中止

申込み・問合せ：せいこドーム

インボディ7～9月開放日

月	午前の部 9:30～11:30	夜間の部 16:30～17:30
7	31日(火)	27日(金)
8	28日(火)	31日(金)
9	25日(火)	28日(金)



☆測定できない方

①18歳以下 ②心臓ペースメーカーを装備

★測定を控えて欲しい方

①妊娠中、及び生理中の女性

※測定には1人2～3分程度かかります。一度に測定を希望する方が集中しますとお待ちいただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。また、測定は裸足で行います。

問合せ

健康福祉課 健康推進グループ ☎29-7071

教育委員会 総合教育グループ ☎25-2087

せいこドームご利用案内

営業時間：10時～21時 8月休館日：6、13、20、27日

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

◆65歳以上の方は、申請すると無料でプールをご利用いただけます。身分証明書をご持参の上、窓口にて申請をお願いします。

◆窓口に届いている忘れ物は3ヶ月間保管し、申し出がなければ破棄します。お心当たりのある方は、窓口へお申し出下さい。

◆学校プール授業のため、一般開放時間が変更となる日があります。詳しくはせいこドームまでお問合せ下さい。

教室休講のお知らせ

子ども水泳教室(金・土クラス) 8/3(金)～11(土)

その他教室 8/14(火)～17(金)

安平町ヨガサークル(旧:愛のヨガ教室)は当面の間活動休止。

職場地区別等対抗ノフトボール大会

開催日 8月27日(月)・28日(火)

18:30試合開始 予備日 29日(水)

会 場 ときわ球場

参加費 1チーム2,000円(監督会議の際に徴収)

対 象 自治会、事業所、団体等で構成したチーム(先着10チーム限定！)

組合せ 8月21日(火)18:30から追分公民館で開催する監督会議で決定(全チーム代表者の参加必須となります)。

申込み 町ホームページまたは教育委員会で配布する申込用紙を使用してください。

※8月3日(金) 17:00必着

問合せ 教育委員会総合教育グループ

☎25-2087 FAX 25-3603

平成30年度 瑞穂ダム「カヌー体験研修会」

日 時 8月25日(土) 10時00分～15時00分
小雨決行、荒天時は翌26日(日)に順延

会 場 瑞穂ダム

定 員 一般の方(経験者も大歓迎!) 40名
しょうがいのある方20名

※定員を超えた場合は抽選。中学生以下保護者同伴

参加料 1名1,500円(昼食費込み)

※カヌーに乗艇しない保護者、介護者は無料。
ただし昼食希望者は1名1,000円。

申込方法 メールまたはハガキを使用し、以下8点を記載の上、8月17日(金)までに事務局までお申込みください。

①住所 ②氏名 ③生年月日 ④性別 ⑤電話番号
⑥カヌー経験有無 ⑦しょうがいの有無
⑧保護者・介助者の昼食有無

申込み E-mail acc_entry@yahoo.co.jp

〒059-0901 白老郡白老町社台118番地6

安平の森カヌークラブ事務局 山谷歩積

問 合 せ 安平の森カヌークラブ 代表 多田政拓

☎090-2693-8572 E-mail torall10@yahoo.co.jp