

せいこドームからのお知らせ

「北海道胆振東部地震」に伴う体育施設の利用について

「町民プール」については、昨年9月に発生した北海道胆振東部地震に伴い、機械室内給湯タンクに接続する配管が変位する等により利用を休止しております。

設備の修理が完了しておりませんことから、4月からの再開については当面延期とさせていただきます。

設備の修理が完了し、使用が可能になりましたら改めてお知らせします。

皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

また、「ときわ球場」は地震により液状化が発生し、復旧工事のため本年1年使用できず、「テニスコート(ときわ)」についても、コートや法面にひび割れや崩れが発生し、安全確保のため補修完了まで当面の間利用することができません。(「ときわ球場」「テニスコート(ときわ)」につきましても、再開の目処が立ちましたらお知らせいたします。)

その他、ご不明点等ありましたら下記まで問合せください。

□問合せ 教育委員会事務局(29-7036) 安平町スポーツセンター(22-3944)

4月～6月 各種教室受講者募集

4月16日(火)スタート!

□受付期間 4月1日(月)～10日(水) □受付方法 安平町教育委員会(Tel.29-7036)まで問合せください。

※応募多数の場合は抽選とさせていただきます。

	火	水	木	金
午前	運動の時間です。 10:30～11:30	ノルディックウォーキング 10:30～11:45	骨盤体操 10:30～11:30	
午後	バランスボディ 13:30～14:30	運動の時間です。 13:30～14:30	ママヨガ教室 13:00～14:30	ストレッチング&貯筋運動教室 13:30～14:30
	ゆるゆるトレーニング 14:45～15:30	ゆるゆるトレーニング 14:45～15:30	※マタニティヨガ 第3木曜日併催	バランスボディ 14:45～15:30

教室名	定員	内容
運動の時間です。	各20名	足踏みなどの有酸素運動を中心にたっぷり汗をかいてスッキリ!
バランスボディ	各20名	ボールに座ったまま弾む・歩くなど心地よい有酸素運動を行います。
ゆるゆるトレーニング	各20名	自宅でも手軽にできる簡単な運動をご紹介します。
ノルディックウォーキング	10名	ノルディックポールを使って、せいこドーム周辺を歩き回ります。
骨盤体操	20名	音楽に合わせた運動で骨盤の歪みを整え脂肪燃焼を目指しましょう。
ママヨガ教室	10組20名	育児疲れをお子様と一緒にヨガでリフレッシュ!
ストレッチング&貯筋運動教室	20名	毎日コツコツ健康貯筋しませんか?簡単にできる運動教室です。

せいこドームご利用案内

営業時間:10時～21時 4月休館日:1・8・15・22日

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	110円	160円	110円

◆トレーニング室をご利用の際は、必ず運動靴をお履きください。

◆アリーナリンクの今シーズンの営業は、3月31日をもって終了します。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。

ヨガサークルのご紹介

月ヨガ 毎週木曜日 19:00～20:30
講師 佐々木 望

毎週金曜日 10:15～11:45
早来ヨガサークル 第2第4金曜 19:00～20:30
講師 古海 愛

両サークル共に、1回500円の受講料金がかかります。