

せいこドームからのお知らせ

スポーツセンター 10月の営業

・プール休館日は毎週月曜日

月曜日が祝日の場合は、翌日の火曜日が休館日となります。

・10月の祝日の取り扱い

10月12日(月・祝) 通常営業

※10月13日(火)は振り替えでプール休館日です。

・全館休館日は毎月第1月曜日

10月は、10月5日(月)が全館休館日です。

※当館ホームページでは最新情報を随時掲載していますので、ぜひご覧ください。

右下の二次元バーコードからもご覧いただけます。

プールレッスンが変わります！

01

らくらく水泳教室

毎週火曜日 11時20分～12時

運動不足を感じている方必見！
ストレッチやウォーキングを取り入れながら、無理なく楽しく体を動かしましょう。

02

パーソナルレッスン

毎週水曜日 13時30分～14時30分

料 金 1回 5,000円
定 員 1回につき5名
申込締切 実施の3日前まで

03

ウォーキングアクアの増設

毎週火曜日開催の「ウォーキングアクア」を、毎週金曜日の10時30分～11時15分にも開催します。

水の中でしっかりと身体を動かして、体力づくりや気分転換を試みませんか。

イチョシ！

いきいき運動教室(特別版)の開催

開催日	時間	料金	定員
10月7日(水)	10時～ 10時45分	1回 400円	各回とも 15名
10月8日(木)			
10月21日(水)			
10月22日(木)			

■体力の向上や生活習慣病の改善、気分のリフレッシュを図りましょう。

■各回とも予約が必要です。

申込先・問合せ 安平町スポーツセンター ☎223944

10～12月 インボディの日程

■インボディ測定会(プール棟 1階ロビー)

※血管年齢、野菜摂取量測定も実施しています。

ポイントあびら 50P 付与！

月	健康福祉課実施分 9時30分～11時30分	スポーツセンター実施分 12時～13時30分 17時30分～19時
10月	13日(火)	16日(金)
11月	17日(火)	20日(金)
12月	15日(火)	18日(金)

※日程に変更がある場合は、当館ホームページおよび館内掲示などでお知らせします。

■せいこドーム10月のご利用案内

営業時間 10時～21時

プール営業時間 平日 10時～20時

土日祝 9時～19時

休館日【全館】5日(月)

【プール】5日(月)、13日(火)、19日(月)、26日(月)

	中学生	高校生	大人	60歳以上
トレーニング室	160円	300円		
プール	150円	270円	400円	150円
シャワー	210円			
各回数券は 10回分 の金額で 12回分 のご利用が可能です				
アリーナ	150円	270円	400円	

問合せ

安平町スポーツセンター

☎223944 <https://abirasupo.com>



問合せ

健康福祉課健康推進グループ ☎297071

安平町スポーツセンター ☎223944