

せいこドームからのお知らせ

教室受講者まだまだ募集中！



火曜日	水中運動教室 10時30分～11時30分 会場：プール	大人水泳教室(上級) 13時30分～14時30分 会場：プール	夜間水泳教室(初・中級) 19時00分～20時00分 会場：プール
木曜日	おとな運動倶楽部 10時30分～11時30分 会場：ミーティング室	大人水泳教室(中級) 13時30分～14時30分 会場：プール	ママヨガ教室 15時00分～16時00分 会場：ミーティング室
金曜日	ウォーキングアクア 10時30分～11時30分 会場：プール	ストレッチ & 貯筋運動教室 13時30分～14時30分 会場：ミーティング室	ワンポイントレッスン 18時30分～19時30分 会場：プール

【申込み方法】

- ・スポーツセンター窓口にて申込書を記入してください。
- ※お電話では仮予約のみ。1週間以内に窓口へお越しください。

【その他】

- ・定員になり次第、受付を終了します。

インボディー一般開放

筋肉や体脂肪のバランスが一目でわかるインボディーで、自分の身体の状態を確認してみましょう！

	10時～12時	16時30分～18時30分
10月	24日(火)	27日(金)
11月	28日(火)	24日(金)

☆測定できない方

18歳以下又は心臓ペースメーカーを装備している方

★測定を控えて欲しい方

妊娠中及び生理中の女性

※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。ご了承ください。

※測定の際、裸足になっていただきます。



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

プール臨時休館等について

- 以下の日程で、プール臨時休館及び一般開放時間を変更します。ご了承ください。

※トレーニング室・アリーナは通常営業

11月3日(金・祝) 臨時休館

11月4日(土) 17時30分～21時

- 11月2日(木)、石井教室はお休みします。

ご利用案内

営業時間：10時～21時

11月休館日：全館…6日

プール…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		
アリーナ	110円	210円	310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、窓口へお越しください。
- ◆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。
- ◆アリーナ一般滑走をご利用の際、ケガ防止のため必ず帽子・手袋を着用してください。また、トレーニング室ご利用の際、ケガ防止のため必ず上靴をお履きください。
- ◆せいこドームは、日頃から多くの皆様にご利用いただいている施設です。みんなでマナーを守り、譲り合いながら気持ちよく施設を利用し、健康増進やご友人とのふれあいの場としてご利用ください。