

# あじさいだより

千種スポーツセンター

2019

1  
月号



今月の Pick Up! イベント情報



千種スポーツセンター第3期スポーツ教室

## 1回参加型スポーツ教室

### 【1】仕事帰りにエアロⅢ

開催日：毎週火曜日（1月8日・15日・22日）  
定員：50名（先着順）  
時間：19：30～20：30  
場所：第2競技場  
料金：320円  
内容：初心者の方から大丈夫、楽しくエアロビクスを行います。  
仕事帰りのストレス発散にもおすすめです。



### 【2】創美ヨガ

開催日：毎週水曜日（1月9日・16日・23日）  
定員：各30名（先着順）  
時間：A 18：45～19：45  
B 20：00～21：00  
場所：軽運動室  
料金：320円  
内容：美しい姿勢・身体づくりを目指しヨガを行います。



### 【3】アクアコアⅢ

開催日：毎週水曜日（1月9日・16日・23日）  
定員：20名（先着順）  
時間：19：00～20：00  
場所：プール  
料金：600円  
内容：体感（コア）を引き締めを目的としたアクアビクスを行います。



### 【4】やさしいアクアビクス

開催日：毎週火曜日（1月8日・15日・22日）  
定員：20名（先着順）  
時間：19：00～20：00  
場所：プール  
料金：600円  
内容：初心者でも大丈夫！楽しくアクアビクスを行います。



### ～教室の参加方法～

- ①教室開始30分前より受付を開始致します。
  - ②受付窓口にて受講料のお支払いをお願いいたします。
  - ③教室開始5分前には会場にお越し下さい。
- ※教室受付は、必ずご本人様が受付窓口にお越しください。

## プール内レッスンのお知らせ

### ワンポイント親子で水遊び

- ①1月5日（土）  
12：00～12：45
- ②1月22日（火）  
11：00～11：45



### エクササイズInウォーター

- 1月7日（月）・1月21日（月）  
12：00～12：45



### ワンポイントアドバイス

- ①1月7日（月）・1月21日（月）  
13：00～13：30
- ②1月9日（水）・1月16日（水）  
1月23日（水）  
12：00～12：30



上記のプログラムは、プール入場料のみで参加できます。開始時間までに受付、着替え等を済ませプールまでお越しください。



# 競技場大会・行事予定表

日	曜日	ランニングコース				競技場大会・行事【予定参加人数】	駐車場 満車予想
		午前	午後1	午後2	夜間		
1	火					年末年始休館 12月28日(金)～1月4日(金)	
2	水						
3	木						
4	金						
5	土	×	×	×	○		
6	日	×	×	×		レクバレー(season杯)【165】	9時～18時
7	月	×	×	×	○	第86回愛知県社会人クラブチーム対抗バドミントン選手権大会【190】	終日
8	火	×	○	○	×		
9	水	○	○	×	○		
10	木	×	○	○	×		
11	金						
12	土	×	×	×	×	平成30年度愛知県高等学校学年別バドミントン大会【1020】	9時～18時
13	日	×	×	×	×	平成30年度愛知県高等学校学年別バドミントン大会【1020】	9時～18時
14	月	×	×	×		第25回CENTRAL GAMES【220】	終日
15	火	○	○	○	×	ジュニアバスケバスケットボールスクール【150】	
16	水	○	○	○	×	ジュニアバスケバスケットボールスクール【150】	
17	木	○	○	○	×		
18	金						
19	土	×	×	×	×	平成30年度愛知県高等学校新人体育大会バスケットボール競技 名北支部予選会【1200】	9時～18時
20	日	×	×	×		レクバレーをみんなで楽しむ会【180】	9時～18時
21	月	○	○	×	×		
22	火	○	○	○	×	ジュニアバスケバスケットボールスクール【150】	
23	水	○	○	×	×	ジュニアバスケバスケットボールスクール【150】	
24	木					館内設備工事による休館 1月24日(木)～2月1日(金)	
25	金						
26	土						
27	日						
28	月						
29	火						
30	水						
31	木						

※満車予想は大会・行事の参加人数から予測したもので、状況により変わることがありますのでご了承ください。

～年末年始休館日～

**12月28日(金)～1月4日(金)**

～設備工事による休館日～

**1月24日(木)～2月1日(金)**

ご迷惑をお掛けしますがご理解、ご協力を願ひ致します。

