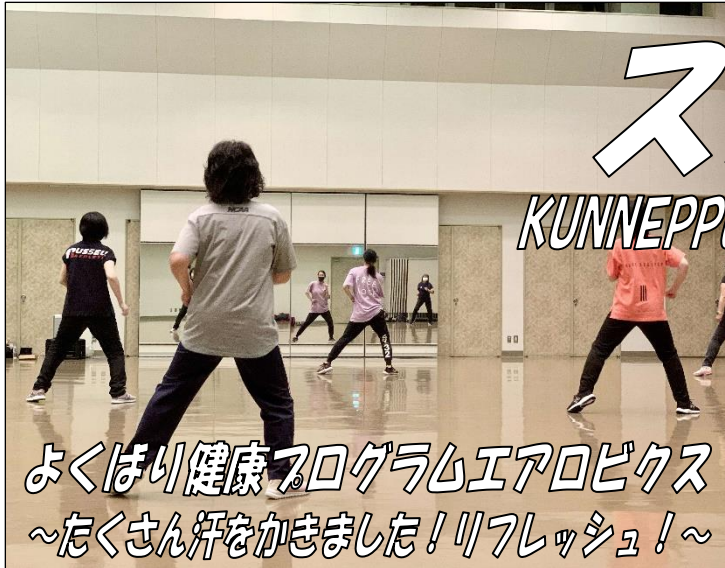


スポセン通信

KUNNEPPU SPORTS CENTER 2022 NO.36



よくばい健康プログラムエアロビクス
～たくさん汗をかきました！リフレッシュ！～

温水プールKAPPA オープンまであと1ヵ月
～今年も夏期スポーツ施設は29日オープン！～



広報折り込み最終号！3年間ありがとうございました！

4月の教室等開催カレンダー

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|--|---|--|
| <h3>温水プールKAPPA プール開き</h3> <p>29日のオープン日はウォーター 슬라이ダーを特別運行します！</p> | | | | 1 9:00～21:30 ・スポセンで遊ぼう (トランポリン) 9:30～11:30 ・お昼のグループレッスン 13:30～14:30 ・健康づくりサポート 14:30～16:00 | 2 9:00～21:30 ・スポセンで遊ぼう (クライミング) 9:30～11:30 ・サッカー大会 9:00～17:00 ※アリーナ使用不可 | 3 9:00～17:00 ・スポセンで遊ぼう (トランポリン) 9:30～11:30 ※17時閉館 |
| 4 休館日 | 5 9:00～21:30 ・スポセンで遊ぼう (トランポリン) 9:30～11:30 ・健康づくりサポート 18:30～19:30 ・痩せ活「HIIT」 19:30～19:50 ・夜のグループレッスン(YOGA) 20:00～21:00 | 6 9:00～21:30 ・健康づくりサポート 9:00～9:30 11:00～12:00 ・痩せ活「HIIT」 9:30～9:50 ・朝のグループレッスン 10:00～11:00 | 7 9:00～21:30 | 8 9:00～21:30 ・インストラクターお休み | 9 9:00～21:30 | 10 9:00～17:00 ※17時閉館 |
| 11 休館日 ・放課後スポーツ大作戦 放課後～17:00 ・トランポリン作戦 ・玉入れ作戦 ・モルック作戦 | 12 9:00～21:30 ・健康づくりサポート 18:30～19:30 ・痩せ活「HIIT」 19:30～19:50 ・夜のグループレッスン(ストレッチ) 20:00～21:00 | 13 9:00～21:30 ・健康づくりサポート 11:00～12:00 ・痩せ活「HIIT」 9:30～9:50 ・朝のグループレッスン 10:00～11:00 | 14 9:00～21:30 | 15 9:00～21:30 ・お昼のグループレッスン 13:30～14:30 ・健康づくりサポート 14:30～16:00 | 16 9:00～21:30 | 17 9:00～17:00 ※17時閉館 |
| 18 休館日 | 19 9:00～21:30 ・健康づくりサポート 18:30～19:30 ・痩せ活「HIIT」 19:30～19:50 ・夜のグループレッスン(YOGA) 20:00～21:00 | 20 9:00～21:30 ・健康づくりサポート 11:00～12:00 ・痩せ活「HIIT」 9:30～9:50 ・朝のグループレッスン 10:00～11:00 | 21 9:00～21:30 ・クライミング講習(江大) 前半 19:00～20:00 後半 20:00～21:00 ※事前に申し込みが必要です ・パークゴルフ場シーズン券販売 (スポセン) 9:00～17:00 | 22 9:00～21:30 ・お昼のグループレッスン 13:30～14:30 ・健康づくりサポート 14:30～16:00 | 23 9:00～21:30 | 24 9:00～17:00 ※17時閉館 |
| 25 休館日 | 26 9:00～21:30 ・健康づくりサポート 18:30～19:30 ・痩せ活「HIIT」 19:30～19:50 ・夜のグループレッスン(ストレッチ) 20:00～21:00 | 27 9:00～21:30 ・健康づくりサポート 11:00～12:00 ・痩せ活「HIIT」 9:30～9:50 ・朝のグループレッスン 10:00～11:00 | 28 9:00～21:30 | 29 9:00～17:00 昭和の日 ・パークゴルフ場 (無料開放) 8時オープン ・屋外スポーツ施設 9時オープン ・温水プールKAPPA 10時オープン ・子ども祭り、古本市 夏期スポーツ施設OPEN！ | 30 9:00～21:30 ・パークゴルフ場 (無料開放) 8:00～17:00 ・バレーボール大会 9:00～17:00 ※アリーナ使用不可 | |
| ・パークゴルフ場シーズン券販売 (スポセン) 9:00～17:00 | | | | | | |

スポセン通信の広報折り込みが今月で終了します

平成31年4月からおよそ3年間、広報の折り込みチラシとして町のスポーツ情報誌「スポセン通信」を配布して参りましたが、広報紙のチラシ減量化に伴い、4月号を最後に広報折り込み記事としての配布を終了させていただきます。今後は健康づくり関連施設での配布や、ホームページ・SNSでの掲載として発行を継続いたします。これからもちょっといいね！の情報発信を行いますので楽しみに！



訓子府町図書館 Twitter

図書館の Twitter を通して
情報を配信しています！



夏期スポーツ施設4月29日(木・祝)OPEN!

温水プール「KAPPA」～遊べるプール～ パークゴルフ場～手ぶらでOK～



ウォータースライダー・流水プール・幼児プールが完備されています！水遊び用のオムツも販売していますので、小さいお子様も大歓迎！



4月29日(金)・30日(土)はオープン記念として無料開放を実施します！ついにパークゴルフのシーズンが始まります！レンタル用品完備！

屋外ゲートボール場～多目的に使える芝生～ テニスコート～ナイター照明で夜間もOK～



多目的に利用できる芝生のグラウンドです！夕方少年団活動までの時間は自由に使えます！広い芝生の上で、全力で遊ぶことができます！



夜間照明が整備されたテニスコート！仕事終わりの運動にもおススメ！スポセンで用具のレンタルもできます！テニス人口増加中！

屋外施設の団体使用料はスポーツセンターの券売機でお支払いすることもできます！

☆令和4年度のスポーツ事業予定☆

～主なスポーツ教室～

- 5月下旬 ジュニアランニングスクール
- 6月上旬 ジュニアスイミングスクール
- 7月上旬 キッズスイミングスクール
- 7月上旬 アクアピクス教室
- 7月下旬 アウトドア体験教室
- 10月上旬 ノルディックウォーキング教室
- 11月上旬 スポーツリズムトレーニング教室
- 11月上旬 よくばり健プロ「ひめトレ」
- 12月中旬 よくばり健プロ「和みの整体YOGA」
- 2月上旬 よくばり健プロ「エアロピクス」

～スポーツイベント～

- 5月3日～5日 温水プール無料開放
- 5月14日(土) 春のロードレース大会
- 6月～8月 プールで遊ぼう
- 9月3日(土) 秋のロードレース大会
- 11月6日(日) KAPPAマスタース水泳大会
- 12月3日(土) こども体力テスト
- 2月12日(日) オホーツク玉入れ選手権大会

～インストラクターの指導時間～

- 火曜 18:30～21:00 レッスン・HIIT
- 水曜 9:00～12:00 レッスン・HIIT
- 金曜 13:00～16:00 レッスン