

2020年

9月号

ビタミン

加古川市立総合体育館／加古川運動公園陸上競技場

〒675-0047

加古川市西神吉町鼎1010

TEL : 079-432-3000

FAX : 079-431-5700

営業時間：午前9時～午後9時

休館日：第3水曜日／年末年始

9月に入りこれから秋を迎えますが、まだまだ残暑厳しい日が続きます。ウイルス対策としてマスクが手放せませんが、引き続き熱中症対策にも気を付けていきましょう。また来月から体育館の教室は新クールに突入します。是非今号のビタミンで教室情報を確認して頂き、お気軽にお申込下さい。

ミズノフットサルスクール

【ミズノフットサルスクール】

日時：10月2, 9, 30日(金) ① 16:30～17:30 ② 17:40～18:40

場所：1F スポーツアリーナ

定員：10名(先着順) ※最少催行人数(5人)に満たない場合は中止となります。

対象：① 小学1～3年生 ② 小学4～6年生

持ち物：動きやすい服装、室内シューズ、飲料水、タオル、ボール

受講料：3,520円(月毎変動) ※別途入会金(¥3,100-)が必要です。

総合体育館 陸上競技場 利用時の注意点

加古川市立総合体育館、加古川運動公園陸上競技場では、コロナウイルス感染予防対策のため、一部利用に制限を設けております。予めご了承ください。

【利用可能施設】

・総合体育館 9:00～21:00

スポーツアリーナAC面、コミュニティアリーナABC面、トレーニングジム、
研修室全面

・陸上競技場 9:00～21:00

主競技場、補助競技場、トレーニングジム、室内練習場

【制限事項】

・検温は予め済ませてからご来館・ご来場ください。

・更衣室での更衣は手短にお願い致します。

・水分補給時には、密接状態を避けていただき対面での会話はご配慮ください。

・運動していないときにはマスクを必ず着用してください。運動中のマスクの着用については各自でご判断ください。

・入場前に同意書をご提出いただきます。利用者様が未成年者の場合は、保護者様のご署名が必要です。同意書はホームページから印刷できます。

・施設利用後は速やかに退館・退場をお願い致します。エントランスでの待機はご遠慮ください。

・備品利用後は各自で備品の消毒を行って下さい。

・換気の為窓を開放させていただく場合があります。

・体育館、競技場ともに敷地内は全面禁煙です。



感染予防対策に対するご理解・ご協力の程宜しくお願い致します。

検索

加古川市立総合体育館

<http://www.kakogawa-sports.join.us.jp>

9月の休館日

9月9日(水)、16日(水)

10月スタートの教室です☆ ぜひご参加ください!

教室名	曜日	時間	実施日	定員	参加費	対象
太極拳	月	10:00~11:00	10月 5,12,19,26 11月 9,16,30 12月 7,14,21	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
骨盤調整ヨガ	月	A 10:00~11:00 B 11:15~12:15 C 12:30~13:30 D 13:45~14:45	10月 5,12,19,26 11月 9,16,30 12月 7,14,21	各12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
フラダンス	月	13:00~14:00 (オーキッド)	10月 5,19,26 11月 9,16,30 12月 7,14,21	各12名	10,000円 (全9回)	16歳以上
		14:15~15:15 (レファ)				
		15:30~16:30 (ティアレ)				
木	19:30~20:30 (ピカケ)	10月 1,15,22 11月 5,12,26 12月 10,17,24				
リフレッシュヨガ	火	10:00~11:00	10月 6,13,20,27 11月 10,17 12月 1,8,15,22	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
リラクゼーションヨガ	火	11:15~12:15	10月 6,13,20,27 11月 10,17 12月 1,8,15,22	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
フラメンコ	火	①18:50~19:50 ②19:50~20:50	10月 6,13,20,27 11月 3,10,17 12月 1,8,15,22	各12名	月5,000円 (月謝制)	16歳以上
	木	14:00~15:30	10月 1,15,22,29 11月 5,19 12月 3,17,24		月5,000円 (月謝制)	
ストレッチヨガ	水	9:30~10:30	10月 7,14,28 11月 25 12月 9,23	20名	6,000円 (全6回)	16歳以上
姿勢ピラティス	水	A 12:45~13:45 B 14:00~15:00	10月 7,14 11月 4,11,25 12月 2,9,23	各11名	8,000円 (全8回)	16歳以上
美・ヨガ	木	10:00~11:00	10月 8,15,22,29 11月 12,19,26 12月 10,17,24	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
エアロビクス	金	10:00~11:00	10月 9,16,23,30 11月 13,20,27 12月 11,18,25	30名	3,000円 (全10回)	16歳以上
かんたんエアロビクス	金	11:15~12:15		30名	3,000円 (全10回)	16歳以上 (初心者)

★ 申し込み期間 ★
9月1日(火)~9月30日(水)
定員になり次第締め切りと
させていただきます。

★ 申し込み方法 ★
総合体育館窓口までお越しください。
(問い合わせ先:079-432-3000)
お気軽にお問い合わせください。