

光しおさい公園からのご案内

年末年始のお知らせ

12月27日(金)から令和2年1月4日(土)まで年末年始の休館となります。休館中もテニスコートとサッカー場は利用できますが、利用する方は12月28日(土)午後5時までに受付を済ませてください。

新春初泳ぎ無料開放

光B&G海洋センター(プール・健康ルーム)の無料開放を行います。

と き 令和2年1月5日(日)
(プール)午前10時～午後6時
(健康ルーム)午前9時～午後6時

その他 健康ルームの初回利用者には、講習会を随時行います。

テニス教室(硬式)参加者募集

- ①小学生[午前9時～10時]
(定員12人)小学生テニス初心者・初級者
- ②シニア(初級)[午前10時～11時30分]
(定員16人)おおむね50歳以上でテニス初級者
- ③一般(初級)[午前11時40分～午後1時10分]
(定員12人)中学生以上のテニス初級者
- ④一般&シニア(初心者)[午後1時15分～2時45分]
(定員12人)中学生以上のテニス初心者

参加費 各教室6,000円
申込開始 12月14日(土)午前8時30分～

中村真衣の「笑顔があふれる水泳教室」

シドニーオリンピック女子100m背泳ぎ銀メダリストの中村真衣さんによる水泳教室を開催します。

と き 令和2年1月19日(日)
その他 詳しくは、お問い合わせください。

健康ルーム教室参加者募集

健康ルームでの運動教室です。体力づくり、理想の体を目指しましょう。

- ①筋膜リリース【火曜日】
と き 令和2年1月7日(火)～3月3日(火)
※祝日を除く期間中の毎週火曜日
午後2時～3時(全8回)
- ②いきいき健康くらぶ【木曜日】
と き 令和2年1月9日(木)～2月27日(木)
※期間中の毎週木曜日
午後2時～3時(全8回)
- ③筋膜リリース【土曜日】
と き 令和2年1月11日(土)～2月29日(土)
※期間中の毎週土曜日
午前9時～10時(全8回)
- ④ピラティスダイエット【日曜日】
と き 令和2年1月12日(日)～3月8日(日)
※祝日を除く期間中の毎週日曜日
午後2時～3時(全8回)

対 象 ①③④は16歳以上の方
②はおおむね70歳以上の方

定 員 各教室先着10人
参加費 各教室16歳以上4,000円
65歳以上3,000円

申込開始 12月10日(火)午前8時30分～

☎(84)1358
申問 社会文化課生涯学習班
12月15日(日)

申込方法 社会文化課窓口へお申込ください。電話でのお申込はできませんので、ご注意ください。
申込期限 12月15日(日)

参加資格 町内在住・在勤・在学の小学生以上の健康な方
※小学生は保護者と一緒に参加できる方で、親子ウォーキングの部のみ参加できます。

種 目 ①マラソンの部
②ウォーキングの部
③親子ウォーキングの部

と き 12月21日(土) ※雨天中止

ふれあい坂田池公園の周回コースを、3時間自分の好きなペースで声を掛け合いながら走りましょう。

