

2025年

5月 忠和公園体育館利用案内

(神居町忠和333番地 ☎ 69-2345)

|   | 9:00~12:00 |         | 12:00~ | ~17:00 |         | 17:00~ | ~21:00 |       |
|---|------------|---------|--------|--------|---------|--------|--------|-------|
|   | 体育室A       | 体育室B    |        | 体育室A   | 体育室B    |        | 体育室A   | 体育室B  |
| 月 | バドミントン     | 卓 球     | 準備(※)  | バスケット  | 卓 球     | 準備(※)  | バスケット  | 卓 球   |
| 火 | ミニバレー      | 卓 球     |        | バドミントン | 卓 球     |        | バスケット  | 卓 球   |
| 水 | バドミントン     | 卓 球     |        | バドミントン | バウンドテニス |        | バドミントン | バスケット |
| 木 | バドミントン     | バスケット   |        | バドミントン | バスケット   |        | バドミントン | バスケット |
| 金 | ミニバレー      | バウンドテニス |        | バドミントン | バスケット   |        | バレーボール | バスケット |
| 土 | バレーボール     | 卓 球     |        | バスケット  | 卓 球     |        | バドミントン | 卓 球   |
| 日 | バスケット      | 卓 球     |        | バドミントン | 卓 球     |        | バドミントン | 卓 球   |

※準備時間は10分前後です。

※準備の前後の種目が同じ場合は引き続き利用できます。

開放種目については、都合により変更する場合があります。

『体育館の使用料』 1回につき、大人220円、高校生150円、中学生以下は無料。障がい者手帳をお持ちの方は半額です。

## 《各 種 教 室 の ご 案 内》

| 教室名 | ダンスフィットネスエクササイズ教室                                          | 体脂肪を減らすエクササイズ教室                      | こども縄跳び教室                    |
|-----|------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|
| 日 時 | 6/2. 9. 16. 30 (月曜日)<br>10:00~11:30                        | 6/3. 10. 17. 24 (火曜日)<br>13:30~15:00 | 6/7. 14 (土曜日)<br>9:30~10:30 |
| 対 象 | 20歳以上初心者                                                   | 20歳以上初心者                             | 小学1~2年生(初心者)                |
| 定 員 | 12名                                                        | 12名                                  | 各16名                        |
| 受講料 | 2,000円                                                     | 2,000円                               | 500円                        |
| 講 師 | 桑原 寿枝先生                                                    | 指川 三津子先生                             | TAGフィットネスクラブ                |
| 申 込 | 5/20(火) 午前9時より電話(69-2345)または、<br>体育館窓口にて受付し、定員になり次第締め切ります。 |                                      |                             |



5月の休館日は、26日(月)です。

2025年

6月 忠和公園体育館利用案内

(神居町忠和333番地 ☎ 69-2345)

|   | 9:00~12:00 |         | 12:00~    | ~17:00 |         | 17:00~    | ~21:00 |       |
|---|------------|---------|-----------|--------|---------|-----------|--------|-------|
|   | 体育室A       | 体育室B    |           | 体育室A   | 体育室B    |           | 体育室A   | 体育室B  |
| 月 | バドミントン     | 卓球      | 準備<br>(※) | バスケット  | 卓球      | 準備<br>(※) | バスケット  | 卓球    |
| 火 | ミニバレー      | 卓球      |           | バドミントン | 卓球      |           | バスケット  | 卓球    |
| 水 | バドミントン     | 卓球      |           | バドミントン | バウンドテニス |           | バドミントン | バスケット |
| 木 | バドミントン     | バスケット   |           | バドミントン | バスケット   |           | バドミントン | バスケット |
| 金 | ミニバレー      | バウンドテニス |           | バドミントン | バスケット   |           | バレーボール | バスケット |
| 土 | バレーボール     | 卓球      |           | バスケット  | 卓球      |           | バドミントン | 卓球    |
| 日 | バスケット      | 卓球      |           | バドミントン | 卓球      |           | バドミントン | 卓球    |

※準備時間は10分前後です。

※準備の前後の種目が同じ場合は引き続き利用できます。

開放種目については、都合により変更する場合があります。

『体育館の使用料』 1回につき、大人220円、高校生150円、中学生以下は無料。障がい者手帳をお持ちの方は半額です。

## 《大会開催のお知らせ》

| 大会名                 | 日時     |             | 体育館・ランニングコース         | ウォームアップコーナー<br>こども広場 |
|---------------------|--------|-------------|----------------------|----------------------|
| 旭川中学校連盟体育大会バドミントン大会 | 19日(木) | 13:00~21:00 | 大会中利用不可              | 使用できます               |
|                     | 20日(金) | 9:00~21:00  |                      |                      |
| 旭川中学校連盟体育大会卓球大会     | 21日(土) | 9:00~21:00  | 大会中利用不可<br>(終了後一般開放) | 使用できます               |
|                     | 22日(日) | 9:00~17:00  |                      |                      |

市民スポーツの日 15日(日)は無料開放いたします。インボデイ測定も無料です。

## 《各種教室のご案内》

| 教室名 | ピラティス&ストレッチ教室                                             | モルック体験教室              | 紙ひこうき教室               | こどもマット運動教室               |
|-----|-----------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------------|
| 日時  | 7/2、9、16、23、30<br>8/6、20(水)<br>10:00~11:30                | 7/5(土)<br>10:00~11:30 | 7/13(日)<br>9:30~12:00 | 7/19、26(土)<br>9:30~10:30 |
| 対象  | 20歳以上初心者                                                  | 小学1年生以上               | 小学1年生以上               | 5・6歳の未就学児                |
| 定員  | 12名                                                       | 16名                   | 15名                   | 各16名                     |
| 受講料 | 3,500円                                                    | 無料                    | 500円                  | 500円                     |
| 講師  | LILI先生                                                    | 忠和公園体育館スタッフ           | 北村秀文先生                | TAGスポーツクラブ               |
| 申込  | 6/20(金)午前9時より電話(69-2345)または、<br>体育館窓口にて受付し、定員になり次第しめきります。 |                       |                       |                          |

6月の休館日は23日(月)です。