ヘルスガーデン忠和

2026年　11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。
【　12月より一部、冬季メニューに変わります　】
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。
『体育室の使用料』1回につき、大人310円、高校生200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　室 ランニングコース	ウォームアップコーナー 子ども広場
道新杯中学新人バドミントン大会	1日（日）	9:00～18:00	**大会中使用不可 （終了後一般開放）**	**使用できます**
中学生新人バドミントン大会	15日（日）	9:00～18:00		

【教室のご案内】

教室名	シェイプ＆コアトレ教室
日　時	12/1．8．15．22、（火曜日）　10:00～11:30
対　象	20歳以上初心者
定　員	12名
受講料	2，000円
講　師	稲場　三津恵先生
申　込	11/20（金）午前9時より電話（69－2345）または 直接体育館窓口にて受付し、定員になり次第締め切ります。

11月の休館日は、24日（火）です。

公益財団法人旭川市公園緑地協会ホームページからもご覧になれます。　URL:https://www.asahikawa-park.or.jp

ヘルスガーデン忠和

2026年　12月 忠和公園体育館利用案内

12月より一部、冬季メニューに変わります。

（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（※）	ソフトテニス	卓球
火	ミニバレー バドミントン	卓球		硬式テニス	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	ソフトテニス
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310円、高校生200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		体育室 ランニングコース	ウオームアップコーナー こども広場
旭川市民体育大会 （バレーボール競技・ママさんの部）	6日（日）	9:00～18:00	大会中使用不可 （終了後一般開放）	使用出来ます
Hoop　League　ASAHIKAWA	20日（日）	9:00～17:00		

《　教　室　の　ご　案　内　》

教室名	ヨガ教室
日　時	1/5、12、19、26、2/2、9、16（火曜日） 13:00　～　14:30
対　象	20歳以上初心者
定　員	12名
受　講　料	3、500円
講　師	PIRI先生
申　込	12/20（日）午前9時より電話（69－2345）または 直接体育館窓口にて受付し、定員になり次第締め切ります。

第4月曜日（28日）は、休まず一般開放いたします。

年末年始は、12/29（火）から1/4（月）までお休みします。

公益財団法人旭川市公園緑地協会ホームページからもご覧になれます。　URL:https://www.asahikawa-park.or.jp