

ホームビデオの撮影会を開催します

〜登別ビデオクラブ主催〜

▼日時 6月21日(日) 10時〜15時

▼集合場所 亀田記念公園駐車場

▼内容 撮影および簡単な編集の仕方

▼持ち物 ビデオカメラ、昼食

▼申し込み 6月15日(月)までに電話
で佐々木さん(☎867570)

オリエンテーリング講習会を開催します

〜北海道オリエンテーリング協会主催〜

オリエンテーリングは地図と方位磁石を使い、山野に設けた地点を見つける誰にでもできるスポーツです

▼日時 6月27日(土) 10時〜28日(日) 16時

▼場所 ふおれすと鉾山

▼参加料 2千円(資料代、昼食代含む)

▼申し込み 6月13日(土)までに電話
で佐藤さん(☎853875)

登別山岳会からのお知らせ

◎市民登山教室

▼日時 6月2日(火) 18時30分〜20時

▼場所 市民会館

▼内容 夏山(沢)登山の安全について

※直接会場へお越しください。

▼問い合わせ 藤木さん

(☎855897)

◎春の登山会 北日高・花の名山『ペンケヌーシ岳』

▼日時 6月14日(日) 4時30分〜

▼集合場所 市民会館

▼定員 30人(申込順)

▼参加料 6千円(バス・保険料を含む)

▼申し込み 6月5日(金)までに電話
で藤木さん(☎855897)



『登別柔道スポーツ少年団』の会員を募集しています

まずは、見学にお越しください。

▼練習日時 毎週月・木・土曜日

(春・夏・冬休み時は火・木・土曜日) 18時30分〜20時30分

▼場所 登別大谷高校青樹館ほか

▼対象 5歳以上の方

▼会費 月額2千円

▼問い合わせ 田中さん

(☎853449)



市民プール『らくあ』からのお知らせ

問い合わせ
市民プール『らくあ』
(☎855588)

◎水中運動教室

ストレス解消に水の中で体を動かしてみたいはかがですか？
水中ウオーキングなど、無理なく筋力をつけられる教室もあります。

●受講料 各教室月額2,000円(月4回実施)

※登別市国民健康保険、登別市長寿医療制度加入者は月額1,000円。

●定員 各教室30人(申込順)

※教室によっては、すでに満員となっているものがあります。詳しくはお問い合わせください。

●教室・曜日・時間

| 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------------------------------|--------------------------------------|--|-------------------------------------|---------------------|
| 元気アップ教室 (満員) 10時30分〜 11時30分 | アクアピクス教室 10時30分〜 11時30分 | らくらくシェイプ アップ教室 10時30分〜 11時30分 | 元気アップ教室 10時30分〜 11時30分 | - |
| アクアピクス教室 (満員) 13時〜14時 | らくらくシェイプ アップ教室 13時〜14時 | スイム&アクアピ クス教室(若干名) 13時〜14時 | リハビリ教室 13時〜14時15分 | - |
| 水中ウオーキング 教室 14時30分〜 15時30分 | - | 水中ウオーキング 教室 14時30分〜 15時30分 | - | - |
| - | スイムdeシェイプ 教室 19時30分〜 20時30分 | アクアピクス教室 19時30分〜 20時30分 | アクアサーキット 教室 19時30分〜 20時30分 | アクアピクス教室 19時〜20時 |

◎ヨガ教室

初心者の方対象の教室です。

●日時 水曜日教室 11時〜12時、金曜日教室 13時30分〜14時30分、金曜日教室(夜間) 19時〜20時

●定員 各教室20人(申込順)

●受講料 各教室月額2,500円
(月4回実施)

申し込み

市民プール『らくあ』で随時受け付けしています。

※お電話での申し込みはお受けできません。

※各教室とも初回受講時に、別途スポーツ安全保険料1,600円が掛かります。

※受講料のほか、別途入館料が掛かります。