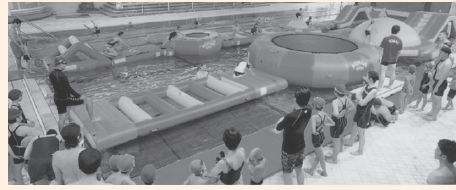


## 市民プール『らくあ』 からのお知らせ



問い合わせ らくあ (☎055588)

	日時	対象	定員	内容	受講料	申し込み
キッズわくわく スイミング	毎週火・金曜日 16時～17時	4～6歳の小学校 入学前の子ども (トイレに行きたい と言えること)	各20人	水慣れ、水遊び	月額 2,500円	らくあに備え付けの 申込用紙に必要事項 を記入の上、提出 (スポーツ保険料の 納入が必要) ※スポーツ保険料は 子ども800円、65歳 未満1,850円、65歳 以上1,200円。
ジュニア教室	毎週火・水・木曜日 17時～18時	小学生	各5人	水慣れ、クロール、 背泳ぎ、平泳ぎ	月額 3,800円	
成人向け 水泳教室	毎週火曜日 19時～20時	18歳以上の方	5人	クロール、背泳ぎ、 平泳ぎ、バタフライ	月額 2,500円	

### 水中運動教室

定員 各10人 受講料 月額2,800円

火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
元気アップ教室 10時30分～ 11時30分	アクアビクス教室 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 リフレッシュ教室 13時～14時	らくらくシェイプ アップ教室 13時～14時	スイム& アクアビクス教室 13時～14時	リハビリ教室 13時～ 14時15分
	スイムdeシェイプ 教室 19時～20時	アクアビクス教室 19時15分～ 20時15分	

### ヨガ教室

日時 毎週水曜日11時～12時、毎週金曜  
日13時30分～14時30分・19時～20時  
定員 各10人  
受講料 月額3,300円

### 市民プール祭り

プールとトレーニングルームを無料開  
放し、プールにはトランポリンやすべり  
台などのアクアジムを設置します。ぜひ  
お越しください。  
日時 8月13日(土)10時～17時  
※開催準備のため8月12日(金)の営業時間  
は、10時～17時となります。

# と な り ま ち ・ ホ ッ ト ラ イ ン

## 白老町

### チャリティーパークゴルフ大会

町内外の愛好者歓迎です。  
日時 9月10日(土)12時30分  
※受付開始12時。  
場所 白老パークゴルフクラブ  
参加料 1,000円  
主催 白老町パークゴルフ協会  
申込方法 8月31日(水)までに同クラ  
ブ (☎0144@5566)  
※社会貢献として大会  
参加費の一部を町に  
寄付しています。  
問い合わせ 同協会 遠藤さん  
(☎090-8897-5867)



## 室蘭市

### 京谷和幸講演会 失敗は成功の素～室蘭から世界へ～

⑦栗林商会アリーナオープン記念  
として、東京オリンピック車いすバ  
スケットボールヘッドコーチで、室  
蘭ふるさと大使の京谷和幸さんによ  
る講演会を開催します。  
京谷さんなどから指導が受けられ  
る車いすバスケットボールとポッチ  
ャの体験も行います。動きやすい服  
装と上靴を持ってお越しください。  
日時 8月27日(土)10時～12時  
定員 200人  
問い合わせ 室蘭市生涯学習課  
(☎@1112)

## 伊達市

### 第23回だて噴火湾縄文まつり

「だて噴火湾縄文まつり」では、  
遺跡ガイドや縄文の森散策のほか、  
勾玉作りや縄文釣りゲームなどの体  
験イベントも予定しています。北黄  
金貝塚や縄文文化を学び、楽しんで  
みてはいかがでしょうか。  
日時 8月28日(日)10時～14時  
場所 史跡北黄金貝塚公園  
※8月27日(土)14時30分からカルチャ  
ーセンターで縄文文化に関する講  
演会を開催します。  
問い合わせ 伊達市生涯学習課  
(☎0142@3299)