

# 久留米市民温水プール

〒830-0052 久留米市上津町 2199-39 ~施設だより~

TEL(0942)21-2040 FAX(0942)21-1140

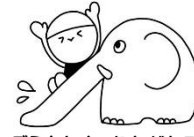
発行元:シンコースポーツ・アスビルグループ



HP



Instagram



ぞうさんすべり台があるよ!



第106号

## ★営業時間変更★

**6/7(日)久留米市小中学生水泳記録会兼  
県民スポーツ大会選手選考会開催**

の為、プールの営業時間を下記のように変更します。

**プール…14時~21:00**

トレーニング室は通常営業

皆様のご来館お待ちしております!



## ★6月カレンダー★

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

■ …休館日

◇ …スタンプ2倍

○ …CNポイント2倍

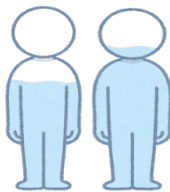
✪ …スタンプ3倍・CN10倍

◇ …水中歩行フリーアドバイス 14時~30分

## ★水分量について★

皆様、体水分量は気にされていますか?体水分量は生命維持に不可欠な栄養素、酸素の運搬、体温調節などを維持するために必要です。男性の場合 50%~60%、女性の場合 40%~50%です。

ロビーに体水分量が測れる体重計(体組成計)がありますので、熱中症予防の為にも、測った際は気にかけて見てみて下さい。



## ★各種教室申し込み開始★

### ・夏休み短期水泳教室 **泳力別指導**



- ① 7/22. 23. 24. 29. 30. 31 } 9:00~10:00
- ② 8/18.19. 20. 21
- ③ 7/22. 23. 24. 29. 30. 31 } 10:00~11:00
- ④ 8/18.19. 20. 21

① ③…各全 6回 25名 6,000円

② ④…各全 4回 25名 4,000円

お申し込み **6/9(火)~6/30(火)** 抽選  
当選者のみに **7/2** 以降ご連絡します。

※お申し込みは **QRコード**から



### ・7月開講教室

お申し込み

お申し込み期間 **6/2(火)~6/30(火)**

こちらは定員が埋まり次第終了となりますので、お早めにお申し込み下さい!

※お申し込み方法…受付窓口 又は お電話で!

## ★教室PR★

### ◆小学生書道教室 水曜日 16時30分~18時 内50分

小学生向けの書道教室では、正しい姿勢や鉛筆・筆の持ち方から丁寧に指導します!文字を書く楽しさを感じながら集中力や表現力を育て、美しい字を身につけます!初心者の方でも安心して取り組みます!

個々の成長に合わせた指導で  
皆様のサポートをします!

単発参加 OK.ぜひ一度ご参加  
されてはいかがでしょうか?



### ◆ピラティス

木曜日 18時50分~19時50分

ピラティスは、体全体の筋バランスを鍛えるエクササイズです。姿勢改善や柔軟性向上、心身のリフレッシュに効果的で初心者から無理なく

始められ、お客様の理想的な体のサポートをします!単発 OK.ぜひ一度  
ご参加されてはいかがでしょうか?

