

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

2025.8.20



HP



Instagram



ぞうさんすべり台があるよ!



第 109 号

★臨時休館のお知らせ★

9/28(月)～10/1(木)

プールの水の入れ替えの為、上記期間臨時休館とさせていただきます。
ご不便をおかけしますが、ご了承ください。



★後期教室生募集★

9/1(火)～9/22(火) 先着順

10月開講の教室生を募集します。
幼児・小学生水泳教室以外は体験や単発参加もできます。



【お申込み方法】

- ・一般の方向けの教室…受付窓口、お電話で
- ・お子様向けの教室…QRコードから
(受付窓口・お電話では受付できません)



★10月から新教室が始まります★

“体を変える。自分が変わる。”

***サーキットトレーニング 土曜 20:00～20:45**

自分の体重を使って数種類の筋トレと有酸素運動を交互に繰り返し行うトレーニングの教室です。

短期集中型! ダイエット・筋力向上メインのプログラム。自身の体を使って行うので、ケガのリスクも少なく最大限の効果を実感できます!!

具体的には、「脂肪燃焼」「全身持久力の向上」「トレーニングした部分の筋力の向上」の、大きく3つの効果があります。短時間で全身を動かしたい方 動ける体作りを目指す方 基礎代謝を上げて痩せやすい体を作りたい方などにオススメ。

いい汗かいて「理想の自分へ」!

Let's・サーキット!



9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	9/11～10/9迄 水彩画教室作品展開催		



…休館日



…スタンプ2倍



…CN ポイント 2 倍



…スタンプ3倍、CN ポイント 10 倍



…水中トレーニングフリーアドバイス



14:00～14:30

★回数券の使用について★

いつも回数券をご使用くださいまして誠にありがとうございます。これまでは、印字してある対象者以外の方の利用券としても使用可能でしたが、**10/2(金)**からはそれができなくなります。ご了承くださいますようお願いいたします。



※10/2(金)からは、お買い求めの回数券に印字してある対象者としてのみでご利用ください。

(例)小学生プール回数券2枚⇒大人のプール利用×

★テレビの撮影がありました★

8/2(日)梅宮辰雄さんをはじめ著名人の扮装等で知られるロバート秋山さんが、名古屋テレビ「市民プール万歳」の撮影で来館。全国の市民プール巡りがお好きのようで、利用者の皆さんと楽しくお話されていました。泳ぎが上手! 10/28(火)以降 Tver、YouTube、AmazonPrime で配信される予定です☆
開館 30 周年の良い記念となりました。

