

久留米市民温水プール

〒830-0052 久留米市上津町 2199-39

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

ホームページ <http://ssk-kurume-pool.com/>

発行元:シンコースポーツ・アスビルグループ

～施設だより～



くろつぱ

久留米市イメージキャラクター



第55号

☆65歳以上高齢者回数券お持ちの方へ☆

今お持ちの回数券の有効期限は

2022年(令和4)年 3月31日(木)まで

です!

有効期限を過ぎると回数券は使用できなくなります。

一度購入された回数券は返金対応ができませんので、ご注意ください。尚、1月30日(日)をもちまして、65歳以上高齢者回数券の販売を終了させて頂きました。

今後は毎回当日券をお買い求めください。

★スタンプカードについて★

20個スタンプが貯まったスタンプカードにつきましても、**利用期限が3月31日(木)まで**となっておりますので、お早目にご利用ください。

また、途中まで貯まっているスタンプカードにつきましても、継続してスタンプをお集めいただけます。

★3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	31		



…休館日



…スタンプ2倍



…CNポイント2倍



★ピークアボディ測定★

予約殺到! お急ぎを!!

からだのゆがみ・筋肉の緊張具合を知る事ができるピークアボディ。今回も測定会を行います!

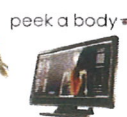
ゆがみやバランスを整える運動の提案、姿勢保持のための筋力をつける運動の提案なども行わせていただきます。

測定結果は筋肉緊張レベルを5段階で色分け表示したものと、からだのゆがみの程度を10段階評価・ポイントでわかりやすく表示したものをプリントアウトでお渡しします☆

この機会に是非自分のからだと向き合ってみませんか?



自分の目で見て確かめる
ボディ・バランス



peek a body



★ナンプレ★

ナンプレとは3×3のマスの目が9つ集まって出来た、9×9のマスの目に数字を入れていくというものです。数字の入れ方のルールはたった2つ。

ルール1:3×3のマスの目には1~9の全ての数を使う。

ルール2:縦9マスにも横9マスにも1~9の全ての数字を使う。



今回も難題かも!?



前回のこたえ

	3						5
7	2		1				8
			7	6			
	9		3				
3				4			
8	1	2			9		
	7					4	
		6		2	3		
	8		9			7	1

9	8	4	2	6	5	1	3	7
1	6	3	7	8	9	2	4	5
5	7	2	1	3	4	6	8	9
8	1	9	4	5	2	3	7	6
2	3	7	6	1	8	5	9	4
4	5	6	9	7	3	8	1	2
3	9	1	5	4	6	7	2	8
7	2	5	8	9	1	4	6	3
6	4	8	3	2	7	9	5	1