

御船町スポーツセンターだより



発行：御船町スポーツセンター等管理運営共同企業体
代表：公益財団法人 熊本YMCA
〒861-32304 上益城郡御船木倉1176-1 電話(096)282-4111 FAX(096)282-4113

【2017年12月号 25号】

秋晴れの中、ウォーキング in 阿蘇実施

11月16日(木) 秋の自然を楽しみながら、健康的にウォーキングを行う「ウォーキング in 阿蘇」を行いました。当日は、16名の参加があり、例年にない急な冷え込みにより体調への影響も心配されました。しかし、当日は快晴で暖かな日差しが冷たい風や空気の影響を和らげてくれました。そのため草千里ヶ浜でのウォーキングには快適でした。初めにストレッチなど準備運動を行い、約1時間のウォーキングを楽しみました。その後、移動して高森で田楽の昼食をいただき、温泉も堪能、参加者の皆さんにはご満足いただけたようで、次回も企画してほしいとのご要望もいただきましたので、皆さまに楽しんでいただけるプログラムを企画いたします。お楽しみに！



町民スポーツ大会開催記念特別プログラム

昨年は、熊本地震の影響もあり、開催が叶わなかった町民スポーツ大会が、今年は11月19日(日)に開催されました。例年、大会会場となっていたスポーツセンターは、アリーナが改修工事中のため残念ながら会場としての利用はありませんでした。そこで今回は、スポーツ大会開催を記念して温水プールの無料開放と2つの特別プログラムを実施いたしました。特別プログラムは、プールで行う血行促進のための水中運動と武道場にて腰痛や肩こり改善のための運動教室を開催しました。プログラムに参加された方の中には、初めてスポーツセンターをご利用いただいた方もいらっしゃり、スポーツセンターのことを知っていただく機会にもなりました。



クリスマス前に

12月に入り、いたるところで一気にクリスマスの雰囲気になりましたね。

スポーツセンターでもクリスマスの雰囲気を利用者の皆さまに味わっていただくよう、受付やプログラム会場にクリスマスの飾りつけを行っております。意外なところから見えるクリスマスもありますので、ご来館の際はクリスマスの飾りつけを探してみてくださいはいかがでしょうか？



おススメプログラム

「ZUMBA(ズンバ)」

今年度から本格始動したこのプログラムは、ラテン系の音楽に合わせて行うもので、振り付けはサルサやヒップホップなど様々なダンスが融合されています。一人ひとりのレベル、ペースに合わせて参加できます。必要なのはZUMBAを楽しむことだけです。お仕事帰りに取り組むにも最適です。夏前から徐々にレッスン参加者が増えてきています。一度参加してみませんか？

日 時 毎週金曜日

19:30~20:10 (40分間)

**会 場 御船町スポーツセンター
多目的室およびアリーナ**

レッスン料 500円 (1回)

定員 20名



施設の利用状況について

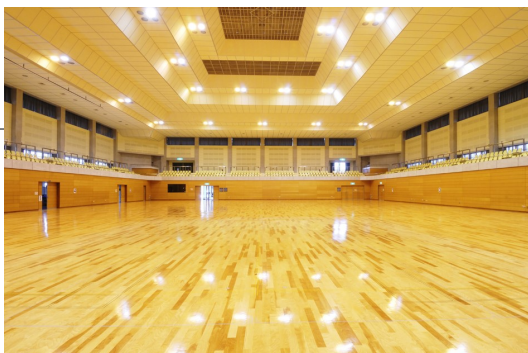
アリーナについて

昨年より閉鎖されていたアリーナ（体育館）ですが、今月末には補修工事が終了いたします。それに伴い、来年1月より再オープンすることとなりました。大変お待たせいたしました。

アリーナ再オープン

2018年 1月6日(土) 9:00から

平成30年度利用予約受付については、現在日程を調整中です。詳細が決まりましたら、御船町ホームページ、熊本YMCAホームページ、回覧等でお知らせいたします。



温水プールについて

昨年11月よりご利用いただいております温水プールですが、プール内の補強、補修工事を行うため、以下の期間お休みとさせていただきます。プールお休みの間、ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解賜りますようお願いいたします。

温水プール休業期間

2017年12月27日(水)

~2018年 2月28日(水)

※3月1日(木) 10:00からのオープンを予定しております

