

まだまだ残暑厳しい日が続きますが、涼しげな風を感じられるようになってきました。少しずつではありますが秋に近づいているようです。今月から体育館・競技場では、10月スタートのカルチャー教室申込受付を行っています。是非今号のビタミンで教室情報を確認して頂き、お電話等でお申込下さい。

体育館 競技場 緊急事態宣言発令中の利用について

緊急事態宣言発令期間中は、体育館・競技場にて一部利用制限が設けられます。対象期間は9月12日（日）までとなります。また、対象期間は延長となる可能性がありますので、予めご了承ください。

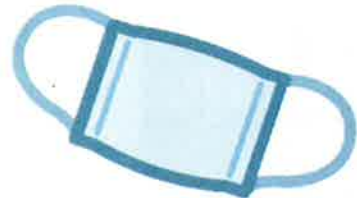
【利用可能施設】

- ・総合体育館 9：00～20：00
スポーツアリーナAC面、トレーニングジム
- ・陸上競技場 9：00～20：00
主競技場、補助競技場、トレーニングジム、室内練習場

【注意事項】

- ・運動していない時はマスクを必ず着用してください。
トレーニングジム内では運動中もマスク着用が必要です。
- ・施設利用後は速やかに退館・退場をお願い致します。
エントランスでの待機はご遠慮ください。
- ・体調が優れない場合は、ご来館・ご来場をご遠慮ください。
来場する際は施設内でのマスク着用、手指消毒、検温にもご協力ください。
- ・ワクチン接種開催日は、体育館P1, P2, P3駐車場がご利用頂けません。
ワクチン接種者以外は調整池駐車場をご利用ください。
- ・土・日曜日は、体育館トレーニングジムのご利用が出来ません。
土・日曜日以外の祝日や平日は通常通りご利用頂けます。
- ・カルチャー教室の予定は変更となる場合があります。
新型コロナウイルスの感染状況により開催内容の変更等の措置を取る場合があります。

こまめに
手洗い・消毒を



中学生バレーボール教室 無料体験会

日 時：9月29日（水） 17:20～18:50
場 所：1F スポーツアリーナ
定 員：20名（先着順）
対 象：中学生
持 ち 物：動きやすい服装、室内シューズ、飲料水、タオル

10月より教室がスタートします。詳細はHP
もしくは総合体育館受付までご確認ください。

検索

加古川市立総合体育館

<http://www.kakogawa-sports.join.us.jp>

9月の休館日

9月8日（水）、15日（水）

10月スタートの教室です☆ ぜひご参加ください!

教室名	曜日	時間	実施日	定員	参加費	対象
太極拳	月	10:00~11:00	10月 4,11,18,25 11月 8,15,29 12月 6,13,20	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
骨盤調整ヨガ	月	A 10:00~11:00 B 11:15~12:15 C 12:30~13:30 D 13:45~14:45	10月 25 11月 1,8,15,22,29 12月 6,13,20,27	各12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
フラダンス	月	13:00~14:00 (オーキッド)	10月 4,18,25 11月 1,15,29 12月 6,13,20	各12名	10,000円 (全9回)	16歳以上
		14:15~15:15 (レファ)				
		15:30~16:30 (ティアレ)				
木	19:30~20:30 (ピカケ)	10月 7,14,21 11月 4,11,18 12月 2,16,23				
リフレッシュヨガ	火	10:00~11:00	10月 5,12,19,26 11月 2,9,16 12月 7,14,21	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
リラクゼーションヨガ	火	11:15~12:15	10月 5,12,19,26 11月 2,9,16 12月 7,14,21	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
フラメンコ	火	①18:50~19:50 ②19:50~20:50	9月 28 10月 5,12,19,26 11月 2,9,16,30 12月 7,14,21	各12名	月5,000円 (月謝制)	16歳以上
	木	14:00~15:30	10月 7,21,28 11月 4,18,25 12月 2,16,23		月5,000円 (月謝制)	
ストレッチヨガ	水	9:30~10:30	10月 6,27 11月 10 12月 1,8,22	20名	6,000円 (全6回)	16歳以上
姿勢ピラティス	水	A 12:45~13:45 B 14:00~15:00	10月 6,13,27 11月 10,24 12月 1,8,22	各11名	8,000円 (全8回)	16歳以上
美・ヨガ	木	10:00~11:00	10月 7,14,21,28 11月 11,18 12月 2,9,16,23	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
エアロビクス	金	10:00~11:00	10月 1,8,15,22,29 11月 5,12,19 12月 3,10	30名	3,000円 (全10回)	16歳以上
かんたんエアロビクス	金	11:15~12:15		30名	3,000円 (全10回)	16歳以上 (初心者)

★ 申し込み期間 ★
9月1日(水)~9月30日(木)
定員になり次第締め切りと
させていただきます。

★ 申し込み方法 ★
総合体育館窓口までお越しください。
(問い合わせ先:079-432-3000)
お気軽にお問い合わせください。