

2022年 11月予定表

日	月	火	水	木	金	土
10/30	10/31	1	2	3 文化の日	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23 勤労感謝の日	24	25	26
27	28 臨時休館日	29	30	12/1	12/2	12/3

曜日体育館レイアウト

(ご利用できる種目を色分けで表示しています)

水曜日	バドミントン(2面) 卓球(4台) バスケット(午前半面、午後から1面) バレー1面(午前のみ)
木曜日	バドミントン(2面) 卓球(4台) バスケット(半面) バレー(1面)
日曜日	バドミントン(2面) 卓球(8台) バスケット(半面) バレー(1面)
月曜日	バドミントン(2面) 卓球(8台) バスケット(半面) ※バレーはご利用できません
火曜日	バドミントン(4面) 卓球(8台) ※バスケット バレーはご利用できません
金曜日	バドミントン(3面) 卓球(4台) バスケット(半面) ※バレーはご利用できません
土曜日	バドミントン(3面) 卓球(4台) バスケット(半面) ※バレーはご利用できません

令和4年10月1日(土)から令和5年3月下旬(予定)まで工事のため、休止いたします。

全長:25m 幅:5m 水温:30℃前後
最浅:1m 最深:1.4m (傾斜になっています)



改修工事中

12月の短期講座のご案内

マールアートで作る“ツリーと雪だるま”

ビー玉とワイヤーで作るマールアートで“可愛い”ツリーと雪だるまを作ります。



11月19日(土)10時受付開始!

昼コース

日程 12月2日(金)
13:30~15:30

定員 先着15名(最少催行人数4名)

受講料 2,500円(材料費込)

携行品 白いタオル、筆記用具

講師 鈴木 久子(マールアート®・マイスター)

夜コース

日程 12月2日(金)
18:30~20:30

定員 先着15名(最少催行人数4名)

受講料 2,500円(材料費込)

携行品 白いタオル、筆記用具

講師 鈴木 久子(マールアート®・マイスター)

ディスコ&昭和歌謡エクササイズ

70年代から90年代に流行したディスコサウンドで楽しくエクササイズ! うきうき楽しめるレッスンです!

11月26日(土)10時受付開始!

夜コース

日程 12月19日(月)
18:30~19:45

定員 先着20名(最少催行人数4名)

受講料 910円

携行品 スポーツタオル、飲料水、室内シューズ

講師 工藤 あき子

昼コース

日程 12月23日(金)
10:30~11:45

定員 先着20名(最少催行人数4名)

受講料 910円

携行品 スポーツタオル、飲料水、室内シューズ

講師 工藤 あき子

お申し込み、お問い合わせは電話・窓口へ ☎018-863-1391

施設の利用について

- 当館は駐車場を含めた敷地内全面禁煙です●
- ご利用いただけるのは19歳以上の方に限りです●

利用区分	利用時間
午前の部	9:00~12:30 (受付終了 12:00)
午後の部	13:00~16:30 (受付終了 16:00)
夜間の部	17:30~21:00 (受付終了 20:30)

利用料金

体育利用券 <small>(1区分あたり、1人)</small> 210円	体育館・プール・トレーニング室・ジョギングコース ※4つの施設をご利用いただけます。	回数券 (11枚綴り) 2,100円
スポーツサウナ券 <small>(1区分あたり、1人)</small> 550円	体育館・プール・トレーニング室・ジョギングコース サウナ・浴室 ※すべての施設をご利用いただけます。	回数券 (11枚綴り) 5,500円

[利用券の購入方法] 体育利用券：券売機で購入していただきます。
 (主に利用する施設の利用券を選んで購入してください。)
 回数券：11枚綴り(受付窓口にて販売しています。)

休館日	12月31日 ・ 1月1日
------------	----------------------

臨時休館日	全館清掃および保守点検のため 今月は、 11月28日(月) を予定しております。 あらかじめ、ご了承ください。
--------------	--

サンライフ秋田 11月のご案内



秋田市八橋南一丁目8-7
TEL.863-1391 FAX.863-1531

ウェブサイト

サンライフ秋田

