２０２５年６月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6 教室開講の為 9:00～10:45 プール休止	7
8	9	10	11	12	13 教室開講の為 午前区分 プール休止	14
15	16	17	18	19	20 教室開講の為 午前区分 プール休止	21
22	23 臨時休館日	24	25	26	27 教室開講の為 午前区分 プール休止	28
29	30	1	2	3	4 教室開講の為 午前区分 プール休止	5

曜日別体育館レイアウト　（ ご利用できる種目を色分けで表示しています ）

バドミントン（2面） 卓球（4台） バスケット（半面） ソフトバレー（1面）	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	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	バドミントン（2面） 卓球（4台） バスケット（半面） ソフトバレー（1面）	バドミントン（2面） 卓球（4台） バスケット（半面） ソフトバレー（1面）	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	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

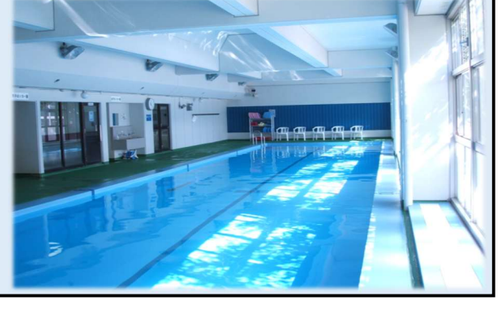
温水プールで体力増進！

全長 ： 25m　　幅 ：5.0m　　水温 ： 30℃前後

最浅 ： 1m　　最深 ：1.4m（傾斜になっています）

水泳キャップは必ず着用してください

バタフライ・飛び込み・クイックターンは禁止です



アクアリラックス　6月 受付中!!

水中で、体を動かし、浮き棒を使用して

水の「水圧」「抵抗」「浮力」を利用した軽運動です。

健康維持、体力増進、ストレス解消を目的とします。

日　程　① 6/6　② 6/13　③ 6/20　④ 6/27

4回コース　金曜日　9:15～10:30

受 講 料　3, 600円（4回分・含消費税）

定　　員　若干名（先着）

携 行 品　水着・スイミングキャップ・バスタオル

講　　師　殿村　美和子（日本スポーツ協会公認　水泳指導員）

お申込み・お問い合わせはサンライフ秋田　☎863-1391

第20回ラージボール卓球大会

優勝　チーム和華蘭

たくさんの皆様のご参加

ありがとうございました！！

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歳以上の方に限ります ●

［利用の区分と時間］

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 1回券（1区分あたり、1人） 310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） 3,100円
スポーツサウナ券 1回券（1区分あたり、1人） 650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 ※全ての施設をご利用いただけます	回数券（11枚綴） 6,500円

［利用券の購入方法］

1回券：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下さい）
回数券：受付窓口にて販売しております。（11枚綴）

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、6月23(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 6月のご案内

夏期 運動と趣味の教室

6月7日(土)10時より受付開始

※詳細はカルチャースクールチラシをご覧ください。

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