

## 1月 忠和公園体育館利用案内

(神居町忠和333番地 ☎ 69-2345)

曜日	9:00~12:00	12:00~17:00	17:00~21:00
月	バドミントン・ミニバレー・卓球・バスケット		
火	ミニバレー 卓球	バドミントン・ミニバレー 卓球・バスケット	バドミントン・ミニバレー 卓球・剣道
水	バドミントン 卓球・バウンドテニス	バドミントン・ミニバレー 卓球・バスケット	バドミントン・ミニバレー バスケット
木	バドミントン 卓球	バドミントン・ミニバレー 卓球・バスケット	硬式テニス 11日・25日 ソフトテニス 18日 バウンドテニス・バスケット
金	ミニバレー 卓球・バウンドテニス	バドミントン・ミニバレー 卓球・バスケット	バレーボール 卓球・バスケット
土・日	バドミントン・ミニバレー・卓球・バスケット		

開放種目については、都合により変更する場合があります。

『体育館の使用料』 1回、大人150円、高校生100円、中学生以下は無料。障がい者手帳をお持ちの方は半額です。

## 《大会開催のお知らせ》

大会名	日時	体育室 ランニングコース	ウォームアップコーナー 子ども広場
第4回旭川総合団体卓球選手権大会	21(日)9:00~21:00	大会中使用不可 (終了後一般開放)	使用できます

## 《各種教室・講座のご案内》

教室名	ボクシングエクササイズ教室	ピラティス教室	シェイプ&コアトレ	保健師さんの健康講座 運動のはなし
日時	2/1、8、15、22 3/1、8、15、22 毎週(木) 10:00~11:30	2/2、9、16、23 3/2、9、16、23 毎週(金) 10:00~11:30	2/6、13、20、27 毎週(火) 10:00~11:30	2/14(水) 11:00~11:45
対象	成人初心者	成人初心者	成人初心者	どなたでも
定員	16名	16名	16名	20名
受講料	3200円(全8回)	3200円(全8回)	1600円(全4回)	無料
講師	原田 雅文先生	荻野 ひとみ先生	MITSUE先生	忠和公園体育館保健師
申込	1/20(土)午前9時より電話(69-2345)または体育館窓口にて受付し、定員になり次第締め切ります。			

**1月の休館日は、1日(月)~4日(木)及び、22日(月)です。**

## 2月 忠和公園体育館利用案内

(神居町忠和333番地 ☎ 69-2345)

曜日	9:00~12:00	12:00~17:00	17:00~21:00
月	バドミントン・ミニバレー・卓球・バスケット		
火	ミニバレー 卓球	バドミントン・ミニバレー 卓球・バスケット	バドミントン・ミニバレー 卓球・剣道
水	バドミントン 卓球・バウンドテニス	バドミントン・ミニバレー 卓球・バスケット	バドミントン・ミニバレー バスケット
木	バドミントン 卓球	バドミントン・ミニバレー 卓球・バスケット	ソフトテニス 1日・15日 硬式テニス 8日・22日 バウンドテニス・バスケット
金	ミニバレー 卓球・バウンドテニス	バドミントン・ミニバレー 卓球・バスケット	バレーボール 卓球・バスケット
土・日	バドミントン・ミニバレー・卓球・バスケット		

開放種目については、都合により変更する場合があります。

『体育館の使用料』1回、大人150円、高校生100円、中学生以下は無料。障がい者手帳をお持ちの方は半額です。

## 《大会開催のお知らせ》

大会名	日時	体育室 ランニングコース	ウォームアップコーナー 子ども広場
第59回道新杯バドミントン選手権大会	4(日) 9:00~21:00	大会中使用不可 (終了後一般開放)	使用できます
第31回会長杯 旭川地区空手道選手権大会	11(日) 9:00~17:00		
小学生連盟バドミントン大会	24(土) 9:00~21:00		
第71回旭川市民体育大会 バレーボール競技(ママさんの部)	25(日) 9:00~21:00		

## 《講習会のご案内》

## 保健師さんの健康講座 (こころの健康のはなし)

内容 ストレスとうつ病の関係

うつ病の方への接し方について

日時 3月14日(水) 午前11時~11時45分まで

対象 どなたでも

定員 20名

受講料 無料

講師 忠和公園体育館保健師

申込 2月20日(火)午前9時より電話(69-2345)  
または体育館窓口にて受付し、定員になり次第しめきります。



## 《イベントのご案内》

## 《旭川市民体育の日》

※18日(日)は  
無料開放します。

インボディ測定も  
無料です。

2月の休館日は26日(月)です