

ご利用あんない

気がつけばすでに9月を迎え、日暮れの早さを感じる頃となりました。夜の肌寒さの影響か、体育館のランニングデッキを利用する方も増えているように感じます。昼夜の寒暖差も大きく、体調を崩しやすい季節かもしれませんが、旬の美味しいものを食べ、継続的な運動を行いながら、冬に向けた体力づくりを始めましょう！

開館時間 9:00~21:00  
月曜日も開館（一般開放のみ）  
休館日：12月30日~1月6日  
今金町字今金435-391  
[発行・問い合わせ]  
総合体育館 TEL: 82-2026  
今金町教育委員会 TEL: 82-3488

## スポーツアドバイザーによるトレーニング指導を行います！

新型コロナウイルス感染症の影響により、一時中止していたアドバイザーによるトレーニング指導を9月より徐々に始めていきます。身体を引き締めたい方や筋力をつけたい方など、それぞれの要望に応じたサポートを行いますのでご希望の方は、トレーニング室の予約と一緒に申し込みください

指導の様子



### アドバイザーのプロフィール

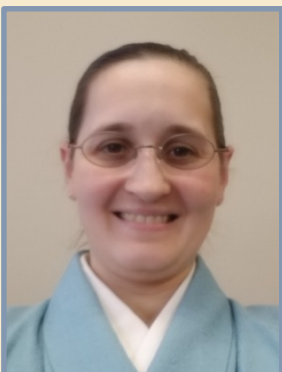
【名前】 西本 亜海 （にしもと あみ）  
【出身】 八雲町  
【大学】 北翔大学 生涯スポーツ学部 スポーツ教育学科卒業  
★小学生~大学生まで陸上競技をつづけていました



## 体育館で英会話教室も開催しています！



### 講師 カトリーナ・カイラ カナダ出身



日常英会話・旅行等に役に立つ表現やフレーズなどを習う**初級コース**と、コミュニケーション力の上達を目的とし、既存の英語力を引出し、コミュニケーション能力を更に身に付けるようにする**中級コース**があります！ぜひご参加ください★

《開催時間の変更》 19:30~20:30⇒**18:30~19:30**

申込み・お問合せ 教育委員会 (0137-82-3488)