

プールの営業は8月30日(日)までです！
遊びにきてね！



プール営業日カレンダー
8月

○・・・休館日

※1 紀の川市民まつりの為全館休館

※2 14時～営業

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

※1 紀の川市民まつりにつき臨時休館

※2 14：00から営業

休館日のお知らせ

8月23日(日) 紀の川市民まつりにつき**全館休館**となります。

8月24日(月) 体育館、トレーニングルーム、若もの広場、テニスコートは**休館日**
プールは14時から営業いたします。



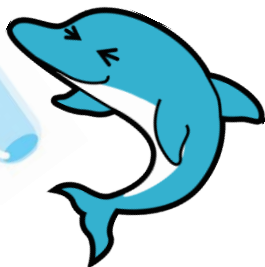
お盆期間中は全館、通常営業致します！！



熱中症に気を付けよう！

体調に異変を感じたら無理せず休みましょう！

こまめな
水分補給



塩アメ



塩分をとる

ひんやりグッズ



紀の川市民体育館

0736-77-4051

〒649-6422和歌山県紀の川市花野604-2

営業時間 9：00～22：00

休館日 第4月曜日(祝日の場合は翌営業日)
年末年始



紀の川市スポーツ教室よりお知らせ



継続希望用紙の提出締切日・・・9月16日(水)

用紙とお代金あわせておもちください

用紙を紛失された方、お手元にない方は体育館受付にてお渡しさせていただきます！

参加希望の方はホームページからお申込みください♪

個人参加型 ピックルボール交流会



初めての方、お一人様での参加 大歓迎！

ピックルボール スキルアップレッスン

NEW

初の少人数制レッスン！

90分集中！

ピックルボールの試合で**勝利**を目指したい方！

8月11日(火祝) 10:00～12:00

8月22日(土) 10:00～12:00

参加料 800円 (税込・パドルレンタル別途200円)
対象 中学生以上
持ち物 運動できる服装、室内用シューズ
飲み物、タオル
定員 各36名(キャンセル待ち制度あり)

8月11日(火祝) 13:30～15:00

参加料 2,500円 (税込)
対象 中学生以上
持ち物 運動できる服装、室内用シューズ
飲み物、タオル
定員 6名 最低催行人数3人
(キャンセル待ち制度あり)

測定はトレーニングの前に！

体組成測定印刷いたします

●料金● 税込100円

●時間● 11時～12時／14時～16時／19時～20時

●開催日程●

8月	4(火)	9(日)	12(水)	15(土)
	21(金)	27(木)	31(月)	
9月	2(水)	5(土)	8(火)	14(月)
	18(金)	24(木)	27(日)	

ご希望の方は受付にてお申しつけください！



体組成計(たいそせいけい)・・・

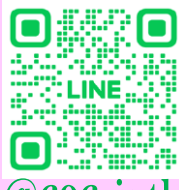
基礎代謝量や体脂肪率、筋肉量だけでなく、
筋肉のバランス、筋肉の質、アスリート指数なども測れます！
日々のトレーニングの成果を確認しませんか？

Instagram



KINOKAWASHIMINKOUEN

LINE



@606siph

ホームページ



公式SNSからもご覧になれます！
チェックしてね！



紀の川市民体育館 ミズノ で検索！