

こんにちは！紀の川市民体育館です！

2月は暦の上では立春ですね！とはいえ寒さはまだまだ・・・体調管理に気を付けながら今月も元気いっぱい運動しましょう！

ピックルボール ～気軽にオープンコート～

ピックルボールを自由に楽しんでいただくためのコートをご用意しました！
パドル(ラケット)のレンタルもございますので手ぶらでお越しいただけます！

こちらのイベントは技術指導はございません。
お客様自身で楽しんでいただくイベントとなっております。

- 開催日** 2月 9日(月)
3月 2日(月)・9日(月)・16日(月)
- 時 間** すべて10時～12時
(途中入室・退室あり)
- 定 員** 各日12名
- 対 象** 小学生以上～※小・中学生は保護者同伴
- 持ち物** 室内シューズ、飲み物
- 場 所** メインアリーナ
- 参加費** 500円(税込) 当日体育館受付にて現金支払い
パドルレンタル別途200円(税込)ボールは無料貸出あり



個人参加型ピックルボール交流会

こちらのイベントは技術指導がございます。

- 開催日** 2月 6日(金) 19時～21時
2月 11日(水祝) 10時～12時・14時～16時
3月 21日(土) 10時～12時・14時～16時
- 定 員** 各部14名
- 対 象** 中学生以上～
- 持ち物** 室内シューズ、飲み物
- 場 所** メインアリーナ
- 参加費** 800円(税込) 当日体育館受付にて現金支払い
パドルレンタル別途200円(税込)



参加申し込みはホームページから！
裏面にQRコードがございます

体組成測定 印刷いたします

基礎代謝量や体脂肪率、筋肉量、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！
トレーニングの向上にご活用ください！

●開催日程●

| | | | | |
|----|-------|-------|-------|-------|
| 2月 | 2(月) | 6(金) | 11(水) | 15(日) |
| | 19(木) | 23(月) | 27(金) | |
| 3月 | 2(月) | 6(金) | 12(木) | 17(火) |
| | 22(日) | 27(金) | 30(月) | |

体組成の測定は
トレーニングの前に!!
受付にて
お申し付けください!!



体組成測定器
(測定は裸足で行います)

●料金●

税込100円

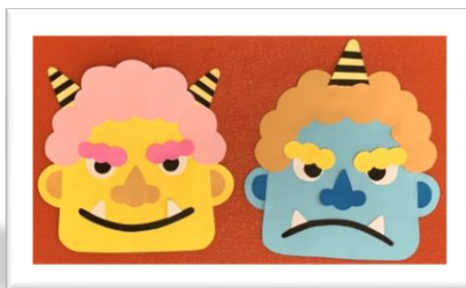
●時間●

11時～12時／14時～16時／19時～20時



キッズコーナー

今月の福笑いは
節分の鬼さんです！
みんなで遊んでね！



鬼は外
福は内

スポーツ教室からお知らせ

●令和8年度第1期の継続案内用紙を2月中旬頃配布致します。

●キッズ体操・ジュニア体操 テスト・・・3月17日(火) 18日(水)
発表会・・・3月24日(火) 25日(水)

がんばりカード
持って来てね！



2月の休館日は24日(火)です！

※第4月曜日が祝日のため

お問合せ

紀の川市民体育館

0736-77-4051

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



イベントの参加申込は
こちらのホームページから！



または

紀の川市民体育館 ミズノ

で検索！