

2020
August

いつでも・どこでも・だれでも楽しむことを目的とした町民皆スポーツの実現と地域の活性化

Sports Center News

発行：教育委員会
社会教育課
スポーツ振興係
担当：上野、永田、森廣
問合せ：スポーツセンター
電話：5-6856

成人・高齢者スポーツの推進「ハイブリッドスイム&ウォーク」のご案内

月曜日はプールでゆっくり泳いでゆっくり歩こう。

日程：8月3日(月)、17日(月)

時間：18時00分～19時00分

場所：第一町民プール

対象：運動制限を受けていない町民

お勧め：様々な水中歩行の方法を学びたい方

参加費：無料

申込：随時募集

その他：感染症の影響で中止になる場合あり



内容：25mをゆっくり泳ぎ、折り返しは様々な歩行で歩くとともに、認知症予防レクリエーションで約60分間を楽しみます。

成人・高齢者スポーツの推進「レッツスイミング」のご案内



内容：日本マスターズ水泳選手権大会優勝の講師による、丁寧で時にアグレッシブな指導で、楽しく4泳法をマスターしましょう。

水泳を通じ運動習慣の定着を図りましょう。

日程：8月5日(水)、25日(火)

9月2日(水)、29日(火)

時間：18時30分～19時30分

場所：第一町民プール

対象：運動制限を受けていない町民

お勧め：4泳法をマスターしたい方

参加費：無料

申込：随時募集

その他：感染症の影響で中止になる場合あり

成人・高齢者スポーツの推進「エンジョイアクア」のご案内

音楽に合わせたダンスやウォーキングで健康づくり。

日程：8月11日(火)、19日(水)

9月8日(火)、16日(水)

時間：18時30分～19時30分

場所：第一町民プール

対象：運動制限を受けていない町民

お勧め：水泳は苦手でも水中運動を楽しみたい方

参加費：無料

申込：随時募集

その他：感染症の影響で中止になる場合あり



内容：スポーツメーカー「ミズノ」公認講師による水中運動は、音楽に合わせた運動プログラムで渡島西部四町では知内町だけで開催。

成人・高齢者スポーツの推進「レディーススイミング」のご案内

女性限定スイミングで運動習慣の定着を図りましょう。

日 程：8月17日（月）、24日（月）、31日（月）

時 間：10時30分～11時30分

場 所：第一町民プール

対 象：運動制限を受けていない町民（女性）

お勧め：水泳のレベルに関係なく女性なら誰でも参加可

参加費：無料

申 込：随時募集

その他：感染症の影響で中止になる場合あり



内 容：女性専用の水泳教室なので、プライベートを確保し安心してご参加いただけます。ウォーキングを含め楽しい60分の教室です。

青少年スポーツの推進「スマイルスイミング」のご案内



みんなで2.5m泳げるようにがんばろう。

日 程：8月19日（水）、26日（水）

9月 2日（水）、 9日（水）

時 間：14時45分～15時35分

場 所：第一町民プール

対 象：小学校1年生から6年生までの児童

参加費：無料

申 込：終了

その他：感染症の影響で中止になる場合あり

第2回町民ゆるスポリンピック「ピンポンリフティング」の結果について

7月6日（月）から16日（木）の10日間、第2回町民ゆるスポリンピック「ピンポンリフティング」を開催しました。競技は、卓球ラケット両面を交互に使用し球をリフティングした回数を競うもので、無駄のない動き、リズムカルなリフティングで213回をたたき出した佐藤郁夫さんが優勝しました。幼児から80代までの参加者92名の内、上位10名は80回以上を軽々リフティングする強者ばかりで、リズム・バランス、そして集中力の高い方が上位に食い込みました。引き続き、様々な運動やスポーツを町民総出で楽しみましょう。ご参加いただいた皆様、企業・団体の皆様、ご協力ありがとうございました。

優 勝：佐藤 郁夫（213回） 準優勝：三浦 桜子（193回） 第3位：一之谷 駿（160回）

*10位までのリザルトは、スポーツセンター、町民プールに掲示しておりますのでそちらでご確認ください。

スポーツ施設の一部利用制限について

コロナ感染症予防のため、スポーツ施設の利用を一部制限しております。「しりうちニュースポーツスタイル」の実践を図り、安全・安心な施設運営にご協力いただきますようお願い申し上げます。

詳しくは、スポーツセンターまでお問合せください。

ご協力よろしくお願いたします。

スポーツセンター照明工事について

7月中旬から9月中旬まで、スポーツセンター照明LED化工事のため、利用の一部を制限しております。

- ①7月中旬～7月下旬：1階工事（トイレ・ホール等）
- ②7月下旬～8月中旬：2階工事（2階全面立入禁止）
- ③8月中旬～9月中旬：アリーナ

詳しくは、スポーツセンターまでお問合せください。

ご協力よろしくお願いたします。