

はじめての太極拳

西野公園体育館 (☎82-1144)

太極拳はゆったりとした動きのなかで全身のバランスを整える健康法として注目されています。

とき 4月14日～9月29日の毎週木曜日 午後1時30分～2時30分(全20回)

※日程表は申込時にお渡しします。

ところ 西野公園体育館会議室

講師 太極拳指導員(太極拳四段) 奥村奈々子さん

対象者 18歳以上の人

定員 20人(先着順)

参加費 7,000円

スポーツ保険料 1,850円(年間)

持ち物など 体育館シューズ、飲み物、タオル、動きやすい服装

申込開始日 3月16日(水)

申込方法 参加費を持参の上、西野公園体育館へ直接お申し込みください。

水中ウォーキングセミナー

関B & G海洋センター (☎96-1010)

泳げない人や体力のない人でも水の特性を利用し、気軽に有酸素運動、筋力運動、ストレッチができます。水中で楽しく運動してみませんか?

とき 4月4日～6月6日の毎週月曜日 午前10時～11時(全10回)

ところ 関B & G海洋センター

対象者 18歳以上の人

定員 35人(先着順)

参加費 3,900円 (スポーツ保険料含む)

持ち物 水着、キャップ、タオル

申込開始日 3月16日(水)

申込方法 参加費を持参の上、関B & G海洋センターへ直接お申し込みください。



マイタウン かめやま

3月18日(金)～23日(水)

- ウイークリーかめやま
- 特集「亀山市内の四季の風景」
- エンドコーナー(井田川幼稚園①)

3月25日(金)～30日(水)

- ウイークリーかめやま
- 市役所からこんにちは「『マイタウンかめやま』が4月からリニューアルします」
- エンドコーナー(井田川幼稚園②)

※午前6時から午前0時まで、30分番組(文字情報を含む)を繰り返し放送しています。なお、放送内容を変更する場合がありますので、ご了承ください。



一般公開 4月の 体育施設

●西野公園体育館 (☎82-1144)

曜日	午前	午後	夜間
月			テニス
火			バドミントン
水	卓球、 バドミントン、 バスケットボール、 ソフトバレー		バスケットボール ハンドボール
木			バドミントン
金			卓球、バドミントン
土			卓球、バドミントン
日			バスケットボール

個人使用デー 4月4日(月)～8日(金)

●東野公園体育館 (☎83-1888)

曜日	午前	午後	夜間
月			卓球、ニュースポーツ、バドミントン
火		卓球、	バドミントン ソフトバレー
水		バドミントン、	バスケットボール
木		バスケットボール、	バスケットボール バレーボール
金		ソフトバレー、	卓球、バドミントン
土		ニュースポーツ、	バスケットボール
日		バレーボール	卓球、バドミントン

個人使用デー 4月11日(月)～15日(金)

<施設利用時間>

午前	9:00～12:30 (12:00)
午後	13:00～17:30 (17:00)
夜間	18:00～21:30

※()は関B & G海洋センターのプール

<施設利用料金>

一般	100円 (200円)
中学生以下	50円 (無料)

※()は関B & G海洋センターのプール

個人使用デーは、団体の専用予約が入りません。それ以外の日は、専用予約が入ると個人使用ができませんので、事前に各施設へお問い合わせください。