



とびうめアリーナのスポーツ情報やイベント情報を毎月15日に発行いたします

発行者: 指定管理者 シンコースポーツ・西鉄BM・ASICSグループ

ワンコインレッスン

教室名	ファットバーン〜燃焼エアロ〜	
開催日	平成29年8月25日(金)	
時間	11:00~12:00	
参加費	1回800円	対象 18歳以上
場所	太宰府市総合体育館	

〜レッスンの紹介〜

音楽に合わせて身体を動かし、気持ちの良い汗を流しましょう!
エアロビクスには脂肪燃焼効果と筋力向上効果があり
そしてリフレッシュ効果がありますので、是非ご参加ください★

詳細は、施設窓口にてお問合せください。

新・教室案内

今月の教室紹介はこちらっ!!!

美ボディメイク



股関節や肩甲骨をしなやかに動かし
女性らしく美しい身体をつくりませんか?
リズムにのって軽快に股関節を動か
すことにより身体の歪みを改善します。
また、肩甲骨周りの筋肉を動かすことで
脂肪燃焼効果が得られますよ★

はじめての卓球教室



「卓球」を基礎から習得しませんか?
初心者の方が安心して楽しめる教室と
なっております。卓球を通して身体
の健康づくりや交流を深めましょう★
ラケットが必要となります。お持ちでない方
レンタルもありますのでご安心ください。

月謝制について

教室の料金が月謝制に変更となりました!
(自筋力・自整体・は除く)

途中入会 申込方法

入会希望月の前月の20日から窓口にてお申込が
可能となります。但し、定員に達していない教室に
限りますので、予めご了承ください。

体験について

1回のみ無料体験が、可能となります。
興味がある教室を体験してみませんか?
※但し、体験済みの方は、**ビジター料金**となります。

施設からのお知らせ

今年の夏は、例年に比べて気温が高いため
熱中症対策をしっかり行い、夏を元気に過ごしましょう!

熱中症の予防

- ①水分をこまめにとる
- ②塩分補給をする
- ③快適な睡眠環境を保つ
- ④快適な室内温度、湿度を保つ
- ⑤バランスの良い食事を心がける



無理をせず、しっかり体調管理をしましょう!

施設からのお願い

施設の備品やレンタル用品は大切に使用しましょう!

市内(1時間)	市外(1時間)
一般 50円	一般 100円
高校生 30円	高校生 70円
小中学生 20円	小中学生 50円

卓球場は必ず室内用シューズを履いてご利用してください。
ラケットやシューズをレンタルされる方は、大切に使いましょう!!

他の利用者の迷惑になることはご遠慮ください。

日程	主要大会及び行事
8/26	防災講座 主催:太宰府市防災安全課 会場:会議室・研修室
8/27	水城カップ 主催:水城ミニバスケットボールクラブ 会場:アリーナ全面・固定観客席
9/2	第5回ハーツカップ北地区中学年大会 主催:JJFC ハーツ 会場:アリーナ全面・固定観客席
	こころ剣道大会 主催:こころ剣道スクール 会場:剣道場・柔道場
	ステップが上手くなるためのスキルアップイベント 主催:ステップサークル 会場:多目的ラウンジ・軽運動トレーニング室
9/3	第26回福岡県バウンドテニス新人親善交流会 主催:福岡県バウンドテニス協会 会場:アリーナ全面・控室・固定観客席
	筑紫地区昇段試合 主催:太宰府少年武道会 会場:柔道場・剣道場
9/9	たのしい運動会 主催:ゆたか保育園 会場:アリーナ全面・控室・固定観客席
9/10	太宰府市近郊卓球大会 主催:太宰府市卓球協会 会場:アリーナ