

Do Sports!



令和3年度下半期予定の事業

いずれの事業も

場所：伊達体育館
対象者：一般
受講料：4,000円

ウェブストレッチリング

10月 11月



ダブルアーチの骨盤形状
リングを使い、全身の筋肉の
コリをほぐし、リンパの流れを
よくするなどの効果が期待できます。

開催日時 毎週水曜日 19時～20時30分

ファイティングエアロ

12月 1月



キックボクシングの動きを
使った有酸素運動で
ダイエット効果抜群！

開催日時 毎週木曜日 19時～20時

ダンスWAVE

2月 3月



簡単なステップでからだを動かそう！

開催日時 毎週木曜日 19時～20時

伊達ランニングクラブ 活動開始!!

走ることはスポーツの基本!! 走る時の姿勢から、
早く長く走るコツまで専門の講師が指導します!

随時会員
募集中

活動スケジュール

開催日時	
8月14日(土)	12月18日(土)
9月18日(土)	1月15日(土)
10月30日(土)	2月19日(土)
11月27日(土)	3月19日(土)
9:00～11:00	

講師：鈴木淳文
24 フィットネスアミーゴ トレーナー
全米ストレンクス&コンディショニング協会
認定ストレンクス&コンディショニングスペシャリスト

伊達市パークゴルフ場事業

【初心者講習会】

開催日	募集メ切	定員
8月11日(水)	8月4日(水)	定員20名

【大会】

開催日	大会名称	定員
9月11日(土)	伊達市スポーツ振興公社杯	定員130名
10月31日(日)	伊達市PG場1周年記念大会	定員130名

【会員限定競技会】

開催日	募集メ切	定員
8月18日(水)	8月8日(日)	定員130名
9月15日(水)	9月5日(日)	
10月20日(水)	10月12日(火)	
11月20日(土)	チャンピオン大会	

施設料金表

(単位:円)

利用区分		単位	金額
個人 利用料金	一般	1日	550
	生徒等(高校生以下)	1日	270
用具 貸し出し	クラブ	1本につき1日	160
	ボール	1個につき1日	50

お得な「回数券」
販売中

会員募集中
(年会費 1,000円)

特典

◎ポイントカードを発行 (ポイントカードは10円で次回利用券として利用可能)
◎会員限定の大会への参加

※詳しい内容については、当公社ホームページをご覧ください。

●事業・公社管理施設に関するお問い合わせ●

〒960-0634 福島県伊達市保原町大泉字宮脇 265 番地
URL <http://www.date-sports.com>
E-mail info@date-sports.com

一般財団法人 伊達市スポーツ振興公社

TEL (024)597-8015 / FAX (024)597-8016



梁川プール事業

【水泳教室】(参加対象 一般・小学生)

秋季 9月中旬～11月中旬

冬季 1月中旬～3月中旬

お問い合わせ・お申し込みは

梁川プール

TEL: (024) 577-4161

保原プール事業

【スイム&ウォーク】【初級スイミング】(参加対象 一般)

秋季 9月中旬～11月中旬

冬季 1月中旬～3月中旬



【アクアビクス】(参加対象 一般)

10月・2月

毎週水曜日 19:00～20:00

お問い合わせ・お申し込みは

保原プール

TEL: (024) 572-7222

令和2年度下半期 事業報告

ダンスWAVE

12月

1月



12月1日・8日・15日・22日

1月5日・12日・19日・26日 (全8回)

◆参加者…延べ 65名

ダンスミュージックに合わせて、少しずつステップを覚えながら楽しく有酸素運動を行いました。

スリックタオル

2月



2月4日・11日・18日・25日 (全4回)

◆参加者…延べ 26名

タオルを使用し音楽に合わせて、楽しみながら筋力・体幹トレーニングを行い、短時間で運動効果を実感しました。

アクアビクス

2月



2月3日・10日・17日・24日 (全4回)

◆参加者…延べ 88名

水の特性(浮力・水圧・抵抗)を最大限に利用し楽しく有酸素運動を行いました。

ヨガミックスエアロ

3月



3月3日・10日・17日・24日 (全4回)

◆参加者…延べ 88名

多くの方に参加していただき、ヨガ・エアロビクス・瞑想で楽しく身体を動かし、リフレッシュしました。

保原体育館貸出休止のお知らせ

伊達市コロナワクチン接種のため、**令和3年8月6日(金)～令和4年3月31日(木)**までの間、一般貸出を休止させていただきます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。 ※ワクチン接種終了次第、貸出を再開します。

ご利用の皆様へお願い

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、下記についてさらなる徹底をお願いします。

●体調チェックをお願いします。

発熱の方や体調の優れない方はご利用をお控えください。

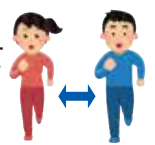
●運動時以外はマスクを着用しましょう。

●用具や遊具等を利用する前後は手を洗いましょう。

●大声での応援や会話は控えましょう。



●他の利用者と一緒に距離を置いてご利用ください。



マスクの着用を含めた咳エチケット等にご協力をお願いします。