

ステア情報

問い合わせ先 オホーツク健康プール「ステア」指導係
 ☎③ 9400 番 メールアドレス stair@ohotoku26.or.jp
 ステアホームページ: <http://www.ohotoku26.or.jp/moribetu/stair/>

水替えのお知らせ

利用者の方々から「ステア」の水は大変キレイだと好評いただいておりますが、これからも快適に利用いただくためプールの水の入替えを3月29日(火)～4月8日(金)にかけておこないます。

期間中利用するの方々には大変ご迷惑をかけますが、期間中は休館とはせず、「競技プール」、「遊戯プール」のどちらか一方の利用ができます。また、サウナとトレーニング室は通常通り利用できます。

この期間の利用料金につきましては、競技プール利用料金(大人400円、高校生250円、中学生以下100円)で利用できます。

特別営業日

3月21日(月・振替休日)
 遊泳時間 10時～17時(閉館17時30分)

水泳大会に伴う全館貸切のお知らせ

4月3日(日)は、「第10回オホーツク短水路水泳競技大会」を開催いたします。これに伴い全館貸切となるため、一般の方は利用出来ませんのでご了承ください。

大会前日となる4月2日(土)は大会開催のため水深調整器は設置していません。

予定表	3/29	3/30	3/31	4/1	4/2	4/3	4/4	4/5	4/6	4/7	4/8
	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
遊技プール	水替え作業中 (使用できません)				全館利用 できません (全館貸切)	オホーツク短水路 水泳大会	定期休館日	営業中(使用できます)			
競技プール	営業中(使用できます)							水替え作業中 (使用できません)			
サウナ	営業中(使用できます)							営業中(使用できます)			
トレーニング室	営業中(使用できます)							営業中(使用できます)			

今月の休館日 7日(月)・14日(月)・22日(火・振替休館日)・28日(月)

3月は『感謝月間』

今月よりステアでは、日頃のご愛顧への感謝を込め、下記の講座を全て無料でおこないます。

今回は、水に入らなくても参加できる講座からそうではない講座までイロイロなものを用意しました。この無料期間を生かして「自分流のステアの楽しみ方」を見つけてみるのはいかがでしょうか?

「ウォーキング」

開催内容:「健康づくりに水中ウォーキング!!」
 開催日時:毎週金曜日 19時～
 開催場所:流水プール
 対象者:中学生以上
 定員:20名

「アクアビクス」

開催内容:「無料のアクア!!」
 開催日時:毎週火曜日 14時～ 19時～
 開催場所:競技プール
 対象者:アクアビクスに興味のある方
 定員:なし

「ストレッチ」

開催内容:「肩こり予防のストレッチ!!」
 開催日時:毎週金曜日 14時～
 開催場所:2階トレーニング室
 対象者:一般の成人ならどなたでも
 定員:10名
 開催内容:腰・肩痛の予防・改善を目的とした
 ストレッチ講座



流水科学センターからのお知らせ

問い合わせ先
 ☎③ 5400 番

「オホーツクの四季」写真展の開催

春夏秋冬、四季折々のオホーツクの自然や産業、人々の姿などをとらえた写真コンテストの全応募作品を展示するとともに、優秀作品の表彰式を行います。

展示期間 3月11日(金)～4月10日(日)
 9時30分～16時30分
 展示場所 多目的ホール(入場無料)
 表彰式 3月13日(日)13時～ 多目的ホール

「流水相談コーナー」の開設

流水シーズン中、関係機関の協力により、精度の高い各種流水情報を提供するためのコーナーを開設していますので利用してください。

開設期間 ～流水終日
 開設場所 総合受付

流水絵手紙の募集及び「流水絵手紙展」の開催

オホーツク地域の方々からの流水への思いや、当地を訪れた方々の流水への感想などを絵手紙で投稿してもらい、一堂に展示します。

応募締切 ～3月31日(木)
 展示期間 4月12日(火)～5月8日(日)
 展示場所 エントランスホール(入場無料)等
 投稿先

〒094-0023 北海道紋別市元紋別11-6
 北海道立オホーツク流水科学センター 事業課
 その他 原則として全作品を展示します。
 (表彰等は特に行わない。)

今月の休館日 7日(月)、14日(月)、22日(火)、28日(月)