

「ステア」に行こう!!

今年で20周年を迎える紋別市健康プール「ステア」、この夏、子ども同士やご家族連れでステアに行って、オホーツクの夏を楽しみましょう!!



健康プール【ステア】 ☎(23) 9400番

ステアはどうしてできたの?

紋別市は雄大なオホーツク海に面していますが、海水温や気温が低いことや、オホーツク海特有の流水に覆われるなど、市民の皆さんは水に親しむ機会が少なく、温水プールを望む声が多くありました。そこで、市民の豊かなふれあいと心身の健全な発達及び普及振興を図るため、元紋別ガリア地区に通年型温水プールを平成元年10月に着工し平成2年11月完成、同年12月23日に紋別市健康プール「ステア」がオープンしました。

「ステア」とは

皆さんは、ステアの外観をじっくりと見たことがありますか？

実はステアの形状は、階段状にデザインされているのです。

ステアとは英語で「階段」という意味で、利用する皆さんが健康への階段を一段一段上がっていただける事を願ってネーミングされました。



ステアの内容と魅力

◇競技プール 日本水泳連盟公認25m・7コースで、塩素濃度を和らげる工夫をし

透明度が高く、全道のスイマーに大変人気があります。

◇流水プール 長さ80mの環状型流れるプール、幼児用プール、ジャグジーなどが勢ぞろい。小さな子どもはもちろん、健康づくりを始めるのにお勧めです。

◇ウォータースライダー 子ども達に一番の人気は、86mと35mの2基のウォータースライダーです。冬は、流水を見ながらスリルを体験できます。



◇屋外プール 6月～8月に

かけて開放していますが、まさに今が真っ盛りです。青々としたオホーツク海はすぐそこ。夜は水中がライトアップされ、幻想的な雰囲気になります。



◇トレーニングルーム 二階には、エアロバイク・ランニングマシンなどのトレーニングマシンがたくさんあります。高校生以上からご利用できます。

◇このほか、体が冷えたら温まることのできるジャグジーや、運動のあとにくつろぎリフレッシュできるサウナ風呂があります。

夏休みも土曜日は市内の高校生以下無料

年間を通して土曜日は市内の高校生以下の皆さんへ無料開放しています。体力づくりなどに役立ててください。

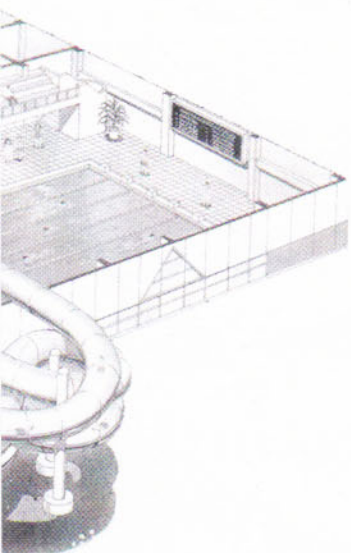
夏休み特別企画!! 短期スイミング開催

日程 8月4日(水)～6日(金)

対象・時間 (1時間程度)
幼児(年少～年長) 15時～
小学生 16時～

料金 千500円
入館料 600円(200円×3回)

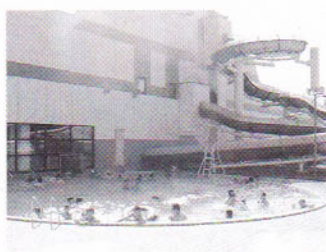
申込み 8月3日(火)まで



夏休みプールは休まず営業しています

8月22日(日)までの間、連日営業しています。

なお、特別営業となる8月2日、9日、16日の月曜日は10時から17時までの利用となります。



イトマンスイミングスクール 紋別強化合宿

競技プールの一部が次の日時は利用できませんのでご了承ください。

・13日(金) 14時～17時
・14日(土) 10時～11時、14時～17時

・16日(月) 10時～11時

今月の休館日
23日(月)、30日(月)



夏休み中、ステアまでの 無料送迎バスを運行します

運行期間 8月14日(土)まで

対象 ステアを利用する小学生以下
※幼児に同伴する保護者、小学校低学年と同伴する保護者または中高生も対象とします。

注意事項

- ・児童等が家庭から最寄りの集散場所までの間及び送迎バスから下車しステアまで、またはステアから送迎バスに乗車するまでの事故等については、自己責任となりますので、あらかじめご了承ください。
- ・定員により乗車できない場合があります。
- ・乗車中は乗務員の指示を守ってください。

(行き) 沼の上方面		
順番	停車 学校名	時間
始発	沼ノ上小学校前	12:20
	小向小学校前	12:33
	元紋別小学校前	12:45
	ステア(入口前)	12:58
	南丘小学校前	13:05
	潮見小学校体育館横駐車場	13:19
	紋別小学校玄関前	13:27
終点	ステア(入口前)	13:36

(行き) 中渚滑方面		
順番	停車 学校名	時間
始発	旧中渚滑小学校前	12:50
	渚滑小学校玄関前	13:01
	潮見小学校体育館横駐車場	13:12
	紋別小学校玄関前	13:20
	紋別中学校玄関前	13:29
終点	ステア(入口前)	13:35

※行きは途中下車はできません。

(帰り) 沼の上方面		
順番	停車 学校名	時間
始発	ステア(入口前)	16:05
	南丘小学校前	16:10
	元紋別小学校前	16:16
	小向小学校前	16:26
終点	沼ノ上小学校前	16:36

(帰り) 中渚滑方面		
順番	停車 学校名	時間
始発	ステア(入口前)	16:05
	紋別中学校玄関前	16:10
	紋別小学校玄関前	16:16
	潮見小学校体育館横駐車場	16:21
	渚滑小学校玄関前	16:34
終点	旧中渚滑小学校前	16:45

※帰りは途中乗車はできません。
※帰りは利用者の降車先により到着時間または運行経路が変更になる場合があります。
※帰りの沼の上方面は潮見小学校、紋別小学校は経由しません。

園生涯学習課青少年係
☎(24)2270番、(24)2416番

今月のフィットネス

フィットネス名	開催曜日・時間	対象
ストレッチと凹ますお腹 (腹筋ショートトレーニング)	火 10:30~	成人
ピラティス	火 13:30~ 19:00~	
	水 10:30~	
アクアシェイプ	火 13:30~	
歪み防止・骨盤体操	水 13:30~	
転倒防止の水中ウォーキング	水 13:30~	
ストレッチと美脚・美尻 (下半身ショートトレーニング)	木 10:30~	
ステップエアロ	木 13:30~	
	金 10:30~	
アクアピクス	木 15:00~	
体力アップの水中ウォーキング	木 19:00~	
肩こり予防運動	金 13:30~	
男性もフィットネスヨガ	金 18:00~	
ミニボールですっきりエクササイズ	土 10:30~	
ストレッチとすっきりお腹回り (体幹部ショートトレーニング)	土 13:00~	
かんたんエアロピクス	土 14:00~	
引き締め運動塾	土 19:00~	高校生以上
ボクササイズ	水・金 18:30~	中学生以上
2歳~4歳の運動塾	火 15:00~	2歳~4歳
キッズピクス	金 15:00~	3歳~小学低学年

※8月10日(火)~14日(土)は全講座休講です。

2010夏

