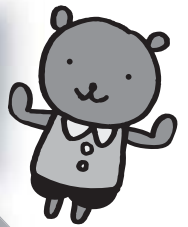


手稲区体育館

曙2条1丁目 ☎684-0088



[開館時間]

午前の部：午前9時～午後0時30分
 午後の部：午後1時～5時
 夜間の部(中学生以下保護者同伴)
 午後5時30分～9時

[休館日]

第2月曜日(祝日の場合は第1月曜日)
 年末年始(12月29日～1月3日)

[当日券]

一般 390円/高校生 230円/
 65歳以上 130円/中学生以下 無料
 ※各時間帯(午前・午後・夜間)ごとに
 上記利用料金が必要です。

データ・設備

年間総利用者数 120,345人(平成14年度)

競技室：1,345㎡(利用可能種目：バドミントン 8面
 卓球 22台 テニス(ソフト)2面 バレーボール 2面
 バasketボール 2面 ほか)

体育室：426㎡(利用可能種目：バドミントン 3面
 卓球 14台 バレーボール 1面 ほか)

格技室：215㎡、トレーニング室：155㎡、
 トレーニングデッキ：233㎡(卓球台5台常設)

次に、区内のスポーツ施設を巡ることにしたクマオくん
 と博士。
博士 手稲区体育館ではバドミントンや卓球などいろいろなスポーツが楽しめるのじゃ。時間帯や曜日ごとにスポーツ種目の時間割が決まっているから、それを確かめてから利用するのがよ。
クマオ へえ、ファミリーの時間帯(大会など専用利用のない土日祝日)は用具の貸し出しもしているんだね。
博士 体育館では球技や体操など、さまざまなスポーツ講習会も行っているのじゃ。興味がある種目があったら受講してみるがよいぞ。
 ☆ファミリーの時間帯はバドミントン(6面)、卓球(14台)、バスケットボール(シュート程度)が利用できます。用具は数に限りがありますので、できるだけご持参ください。



手稲曙温水プール

曙2条1丁目 ☎683-0676

データ・設備

年間総利用者数 118,602人
 (平成14年度)

一般用プール 25m×15m
 水深1.2～1.3m

幼児用プール 15m×8m
 水深0.7m～0.8m



曙図書館・手稲区体育館・手稲曙温水プール

■ J R 手稲駅から徒歩10分～15分

■ J R 北海道バス「手稲区体育館前」下車徒歩約1分

J R 手稲駅北口から：[81]、[82]、[90]、[循環41] など

J R 星置駅から：[81]、[82] 地下鉄宮の沢駅から：[42]

[開館時間]

午前10時～午後9時

[遊泳時間]

一般・高校生：午後8時50分まで

中学生：午後6時50分まで

小学生(3年生以下保護者同伴で遊泳)

11月～3月 午後4時50分まで

4月～10月 午後5時50分まで

[休館日]

第2月曜日(祝日の場合は第1月曜日)

年末年始(12月29日～1月3日)

機械設備点検整備期間(4月)

[当日券]

一般 580円/高校生 280円/

65歳以上 140円/中学生以下 無料

水泳帽を必ず
 着用しよう!



博士 手稲曙温水プールは、一年を通して快適に泳ぐことができる屋内プールなのじゃ。また、年齢や実力に応じたさまざまな水泳教室も行われている。水泳だけでなく、アクアビクス(水中エアロビクス)や水中ウォーキングの教室もあるのじゃ。
クマオ プール専用の車いすもあって、車いすのままシャワーを浴びて、プール室まで行けるんだね。
博士 水中では、水の抵抗と浮力を利用して、関節に重い負担をかけることなく高い運動効果を得られるのじゃ。泳げない人も、水中を歩くだけで運動不足を解消できるぞ。