

※行事などに参加の際は新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、ご家庭で検温をし、必ずマスク着用をうえご参加ください。ご家族も含め発熱や体調不良がみられる場合は参加をご遠慮ください。なお、新型コロナウイルス感染症の状況によっては事業を延期または中止とする場合があります。

すながわ

スポーツ

## 9月1日(水)～ 総合体育館にトレーニングルームが開設！

健康増進・体力向上のためにぜひご利用ください！

☎総合体育館Tel 54-2175

9月1日(水)より、総合体育館にトレーニングルームが開設されます！ランニングマシンやストレッチマシン、筋肉トレーニングマシンなどの機器を使用することができ、希望者には個別にトレーニングメニューを作成することも可能です。健康増進にぜひお役立てください。

- **開放時間** 【午前の部】 9:00～12:00  
【午後の部】 13:00～17:00  
【夜間の部】 18:00～21:00  
※休館日：毎週火曜日



▲地域おこし協力隊の2人がトレーニングのしかたや機器の説明を行います。お気軽に質問してください！



▲トレーニングルームでは目的に応じて、さまざまな機器を使用できます。

### ● 注意事項

- ・新型コロナウイルス感染症対策のため、当面の間、室内の人数を制限しますので、受付後お待ちいただく可能性があります。待ち状況は電話でもお問い合わせできます。
- ・利用時はルールを守り、機器は譲り合ってお使いください。
- ・トレーニングルームの貸し切りなどの団体利用はできません。
- ・利用は中学生以上とし、中学生が利用する場合は保護者あるいは指導者の同伴を求めています。

すながわ

イベント

## 第2回すながわマラニック大会

運動しながら砂川の魅力を発見！

☎観光協会Tel 54-4995

お菓子などを食べながらオアシスパーク周辺をランニングやウォーキングをして楽しめます。自分の体力に合わせて無理なく健康づくりができ、砂川の魅力発見にもつながりますので、ぜひご参加ください。

- **と き** 9月12日(日) 9:00～
  - **と ころ** 遊水地管理棟 (受付)
  - **対 象** 小学生以上
  - **参加料**  
小中学生 1,500円、高校生以上 2,500円
  - **申 込** 8月31日(火)までに観光協会へ
- ※詳細は観光協会ホームページをご確認ください。



観光協会ホームページ

すながわ

イベント

## すながわフリーウォーク開催中

楽しく歩いてお得にお買い物♪

☎観光協会Tel 54-4995

現在、「すながわフリーウォーク」を開催中です。観光協会発着のウォーキングコースをいくつか用意しています。参加者には市内の観光協会加盟店舗で使える400円分のクーポン券(当日のみ有効)をお渡しします。ウォーキングの途中でお店に立ち寄ってもOK！ウォーキングのあとに食事をしたりお土産を買ってもOK！健康づくりをしながら砂川の魅力を発見しましょう！

- **と き** 10月31日(日)まで  
【平日】  
受付 9:00～14:00 (ゴールは17:00まで)  
【土・日曜日、祝日】  
受付 9:00～12:00 (ゴールは14:00まで)
  - **受付場所** 観光協会事務所
- ※参加方法や休館日などの詳細は観光協会ホームページをご確認ください。



観光協会ホームページ