

発行日:2024.07.02

ろっぷ通信

夏号

六ヶ所村立屋内温水プール
～ろっぷ～

〒039-3212
六ヶ所村大字尾敷字野附992
TEL 0175-73-7307
FAX 0175-73-7308
HPはこちらから→



夏休みイベント

7/23(火)～8/25(日)

※8/14.15は行いません。

来館すれば必ず回せる ガラポン抽選会

水木金限定

当たりが出たら
プレゼントが貰えるよ♪

宿題はろっぷで♪

小・中学生対象！
毎日10:00～12:00まで
自動販売機前の一部を
開放します！

※入館料(100円)が必要です。

遊具大解放

水上ハムスター

遊具の
持ち込みも
できるよ☆

六ヶ所エネルギーパークマラソン2024

2024.9/29(日)

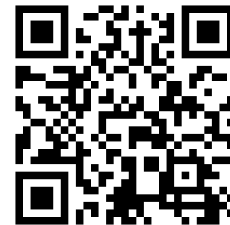
参加者募集中

詳細及びお申し込みはこちらから⇒⇒⇒

六ヶ所村の豊かな自然と次世代エネルギーを眺めながら走ることができるのがこの大会のおすすめポイントです★

参加者特典として、1等10万円相当の旅行券などが当たります！！

六ヶ所村の風を感じてみませんか？



ゲストランナー
石原良純氏



プールご利用される皆さまへ

夏だ！プールに行こう！！

プール初心者のための泳ぐポイントをご紹介します。

今回は、長根水泳博士が泳ぐための第一歩！水に浮くポイントをご紹介します。

ポイント① **息をたくさん吸おう！**

肺が浮き輪の役割をします。

ポイント② **体を水平に浮いてみよう！**

浮くために重要なことは正しい姿勢です。



「浮く」「浮ける」と思い、息をいっぱい吸い、肺に空気をためて、下を見て体が水平になるように浮きます。まずは、ビート板に両手を置いてトライしてみてください♪

- ①水着・スイミングキャップは必ず着用してください。
- ②装飾品は全て外してご利用ください。
- ③入水前にはシャワーを浴びてください。(化粧はおとしてください)
- ④小学3年生以下は保護者の同伴が必要です。

※夏休み期間中(7/23～8/25)のみ、小学生は保護者の同伴無しで利用可

7月 営業カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
30	1 休館日	2	3	4	5	6
7	8 休館日	9	10	11	12	13
14	15 海の日	16 休館日	17	18	19	20
21	22 休館日	23	24	25	26	27
28	29 休館日	30	31	1	2	3

8月 営業カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
28	29 休館日	30	31	1	2	3
4	5 休館日	6	7	8	9	10
11	12 山の日	13 休館日	14 <small>※営業時間 16:00まで</small>	15 <small>※営業時間 16:00まで</small>	16	17
18	19 休館日	20	21	22	23	24
25	26 休館日	27	28	29	30	31

9月 営業カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館日	3	4	5	6	7
8	9 休館日	10	11	12	13	14 臨時休館
15 <small>※プールのみ貸切</small>	16 敬老の日	17 休館日	18	19	20	21
22 秋分の日	23 振替休日	24 休館日	25	26	27	28
29 臨時休館	30 休館日	1	2	3	4	5

～インフォメーション～

7月

- ・夏休みイベント開催

8月

- ・夏休みイベント開催
- ・14日(水)、15日(木)短縮営業
9:30～16:00まで

9月

- ・14日(土)中体連開催の為、臨時休館
- ・29日(日)マラソン運営の為、臨時休館

※小学校の水泳教室などでレーンが貸切になっていることが多々あります。予めご了承下さい。

※日程が変更となる場合がございますので、HPなどでご確認ください。

～ろっぷ～より…



梅雨が明けると本格的な暑さがやってきます。暑さで外の運動がづらくなってきたら是非当施設にお越しください。
水温が約30～32℃くらいに調整されたプール、エアコンが効いたトレーニングルームで運動してみませんか？
夏バテに負けない強い体を目指しましょう！！
スタッフ一同お待ちしております！

<p>六ヶ所村立屋内温水プール</p> <p>～ろっぷ～</p> <p>SNSで情報発信してます！ 随時更新中！！</p>	<p>Instagram</p>  <p>roppu_rokkasho_2017</p>	<p>Facebook</p>  <p>六ヶ所村立屋内温水プールろっぷ</p>
		