

Sui Sui



北広島町壬生字西谷500番地
 ☆Kumahira Park 北広島 体育館☆
 電話：(0826) 72-8822
 IP: 8022
 ☆温水プール SuiSui☆
 電話：(0826) 72-8823
 IP: 8023
 ↓お得な情報いっぱいHPは↓

回覧



ステーション Vol.091

5月号

2022年4月15日発行

一般財団法人 どんぐり財団 検索

【新】Kumahira Park 北広島

4月1日から千代田運動公園という愛称は、Kumahira Park 北広島となりました！



これから Kumahira Park 北広島を宜しくお願い致します。

桜満開！～四季を感じる季節～

Kumahira Park 北広島内にある桜は満開となりました！

今年の桜は遅咲きでしたね！外で散歩・ランニングをしている時

プール・トレーニングルームから見える桜はとてもきれいです！

日本の象徴とされる桜は沢山の方々に愛されていますね！

是非、桜を見ながら Kumahira Park 北広島でプールやトレーニング、散歩やランニングなど行ってみませんか？お花見など楽しいひとときをお過ごしください！



パーソナルトレーニング始めました！



運動を行いたいけど何をしたら良いのか

分からない方やマシンを使つての

トレーニングしてみたいという方、お任せください！

詳しくは下記の電話番号にお問い合わせ下さい！

※時間 30分 料金 2,000円

※予約制となっておりますのでご注意ください！

お問い合わせ：0826-72-8823

お気軽にお問い合わせください！

お電話お待ちしております！

パーソナルトレーニングの流れ
60分の場合

カウンセリング・評価 (5分～10分)

※トレーニング開始に検査をしません。

ウォーミングアップ (10分)

ストレッチ・基礎トレーニング

筋力トレーニング (30分)

マシン・フリーウエイトトレーニング

個別トレーニング (10分)

マシン・フリーウエイトトレーニング

クールダウン (10分)

ペアストレッチ・リラクゼーション

トレーニング効果を実感するには3ヶ月は必要です

1ヶ月目	2ヶ月目	3ヶ月目
まずは体質がわかるようになる	体質がわかるようになります	体質がわかるようになります
体質がわかるようになります	体質がわかるようになります	体質がわかるようになります
体質がわかるようになります	体質がわかるようになります	体質がわかるようになります

MATCHA PURE 絶賛販売中！！

✓ 厳選された宇治抹茶を使用

✓ おいしく飲みやすい！

✓ 腹持ちOK！

✓ ダイエット最適！

日々の健康管理やスポーツ時の栄養補給、ダイエットをしている方まで、幅広くご利用頂けます！

どんぐり財団全施設やどんぐり財団公式オンラインショップにて絶賛販売しております！

是非一度お試しください！！



1袋 4,860円(税込)

当財団職員の杉本も MATCHA PURE を飲み「フィジーク」という大会出場を目指して頑張ります！



高橋・半谷ペア全日本女子選抜大会優勝！

4月2日、3日に駒沢体育館で開催された第67回全日本女子選抜

ソフトテニス大会にてどんぐり北広島ソフトテニスクラブの高橋・半谷ペアが出場し、見事優勝を収めました！おめでとうございます！

次の大会は、4月16日～17日に福島県で開催される代表予選会(シングルス)に出場されます！頑張ってください！！



奇跡の石を触りに来た際の写真

幸運をもたらす石...！？ 豊平運動公園「奇跡の石」

皆さんは、この話を知っていますか？豊平運動公園・体育館前にある「奇跡の石」。実はこの石、試合前などに触ると良い結果をもたらすというジンクスがあるんです...実際にどんぐり北広島・高橋選手が大会前日に、大会で優勝したい！と「奇跡の石」を触って大会に向かいました。すると、翌日から行われた上記の大会で優勝されたのです！3年ぶり3回目の優勝です！

是非皆さん奇跡の石に触りに豊平運動公園にお越しください！

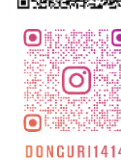
皆様にも何か良いことがあるはず...！？

◆◆営業時間◆◆

月～土 10:00～21:00 (最終受付 20:30、木曜休館)

日・祝 10:00～17:00 (最終受付 16:30)

facebook
Instagram
LINE



スタッフのひとこと

暖かな陽気に誘われ、草花が咲き、動物や虫たちが顔を出し始める季節となりました。桜も咲き、春の訪れを感じますね！桜の下で旬な食べ物を食べるとおいしいですね！皆様にこれからも気持ちよくご利用いただけるように私達スタッフ一同気を引き締めて務めて参ります。

イベント情報やちょっとした発見などを日々更新しています！！

Facebook・Instagram・LINE 上で「一般財団法人どんぐり財団」と検索してみてください。

みなさまのいいね&フォローお待ちしております(*^^)v