

宗像ユリックス アクアドーム

利用時間 **10:00~22:00** 【プール・トレーニングジムは21:30までご利用できます】

休館日：2/4(月)・12(火)・18(月)・25(月)

TEL**0940(37)1377**・FAX**0940(37)1305**

http://yurix.munakata.com E-mail domu@city.munakata.fukuoka.jp

アクアドームでは有資格者が常勤で皆さまをサポートいたします。

～水泳教師・健康運動指導士・健康運動実践指導者・管理栄養士～

【厚生労働大臣認定指定運動療法施設】 厚生労働大臣認定健康増進施設のうち、運動療法を行うのに適した施設です。「健康運動指導士および、健康運動実践指導者が配置されていること」などの認定要件を満たした施設です。

【水泳教師在籍施設】 水泳教師在籍施設とは、「公認水泳上級教師」が1人以上、もしくは「公認水泳教師」が2人以上在籍し、常勤している施設です。安心して水泳指導を受けることができます。

第25回 宗像ユリックス 24時間EKIDEN



24時間EKIDENは、今年で25回目を迎えます。「がんばろう日本」を合言葉に、24時間1周850mのコースをチームごとに周回し、一本のタスキを繋ぎます。また、仮眠用テントスペースを設け、気軽にキャンプ、アウトドア気分が味わえる大会となっています。例年、ギャラリも楽しめるサブイベントとしてミニライブ、ビンゴゲーム、仮装コンテストなども開催しており、応援の人も楽しむことができます。

ちなみに、昨年の1位のチームの総距離は、518周、440.3kmでした。ぜひ参加して新記録にチャレンジしてみませんか！

開催日 **5/4(土・祝) 13:00 スタート**～**5(日・祝) 13:00 フィニッシュ**

場所 宗像ユリックス 芝生広場 周回ジョギングコース(1周約850m)

◎小雨決行



イベントの様子



大会スタート直後の様子

【募集要項】

参加者数：男女不問先着約90チーム

参加資格：(1)小学生以上で健康(心臓病その他健康状態に異常のない)かつ、体力に自信があり、最低1km以上走ることができる。
(2)高校生以下は保護者の同意が必要です。
(3)大会運営に協力でき、大いに盛り上げてくれる人。

登録料：チーム登録料 1チーム20,000円(税別)

チーム申込期間：①持参 **2/1(金) 10:00~2/28(木) 22:00まで**

②郵送、FAX、メール **2/2(土) 10:00~2/28(木) 22:00必着**

※休館日にご注意ください。

★チーム申込期間内にチームの申し込みをお済ませください。

選手の申し込みは3/1(金)10:00より開始します。

詳しくはホームページでご確認ください。

【申込方法】

所定のチーム申込書・誓約書に必要事項を記入の上、アクアドームフロント(窓口)または郵送、FAX、メールにてお申し込みください。

※登録料、参加費の振り込み、選手申し込みについては、参加要項に記載しています。

※参加募集要項、チーム申込書・誓約書はホームページ <http://yurix.munakata.com> からPDF形式でダウンロードできます。トップページの(お知らせ)からご覧ください。

お問い合わせ

第25回 宗像ユリックス 24時間EKIDEN事務局

TEL**0940(37)1377** FAX**0940(37)1305**

担当：今古賀・田中

特別企画

チャレンジ! アクアビクス!

音楽を聞きながら楽しく水中運動をおこないます。水中での運動が初めての人や興味がある人ならどなたでもご参加いただけます。

お友達やご家族とチャレンジしてみませんか。

日時：**3/10(日) 9:00~9:45**

場所：アクアドーム スタジオA

定員：100人

参加費：770円(当日キャンセルの返金は不可)

申込期間：1/9(水) 10:00~3/9(土) ※ただし、定員になり次第締め切ります。

【申込方法】 アクアドームフロントで受付(電話受付可)



【大好評!】スタジオレッスン祝日プログラム

心と体を整える時間を作りませんか! リフレッシュにおすすめです。

3/21(木・祝)

場所：アクアドーム スタジオA

料金：各レッスン510円

定員：各レッスン先着30人

担当：山邊千恵

申込期間：2/13(水)~3/20(水)

※ただし、定員になり次第締め切ります。

申込方法：アクアドームフロントで受付(電話受付可)

※当日のキャンセル返金は不可



【内容】 ■ **ボディコンディショニング 13:00~14:00**

全身の筋肉をゆるめ、骨格のゆがみを調整していきます。さらにストレッチや自重トレーニングを行い、体を整えます。無理なく体を動かし、ほぐしていくので運動経験がない人や運動が苦手な人でも大丈夫です。心身ともにリラックスできるため大変オススメです。

■ **エアロ入門 14:15~15:15**

エアロビクスダンスを初めて受ける人でも大歓迎です! ステップの踏み方など基本的な動きを中心にいきます。また、全身を大きく動かしていくため肩回りの凝りや、手・足先の冷え予防にも効果的! 体の芯から温まります。ぜひご参加ください。

※祝日によってはレッスンがない日もあります。

施設利用料金改定のお知らせ

2019年4月より施設利用料金の一部が変更になります。

アクアドームを含む宗像ユリックスの公共施設使用料の見直しにより料金の一部が変更になります。詳しくは、宗像ユリックスの公式ホームページをご覧ください。

お問い合わせ・お申し込みはアクアドームまで TEL**0940(37)1377** ※お申し込みの際は、休館日にご注意ください。

12月ベストスコア賞 ★3位までなら名前が載るチャンス! 忘れずスコアの申告をしてください。

一般の部 1位 65 村元昭博(宗像市) 2位 74 上村直道(久留米市)

子どもの部 1位 84 橋本ゆう(宗像市)

※敬称略

◎バターとボールは貸し出し無料、持ち込みも可(子ども用バターもあります)

区分	通常料金	団体料金	※団体料金は10人から ※ユリックス スマイルクラブ会員とご家族は、カード提示で団体割引料金でご利用できます。チケットをお求めの際にご提示ください。 ※6歳未満の幼児は無料。ただし、保護者同伴。 ※団体貸切利用がある場合はご利用できません。ご了承ください。
中学生以上/1ラウンド	420円	330円	
小学生/1ラウンド	310円	250円	

お問い合わせ パントゴルフ場

TEL**0940(37)2611**

休場日：毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌平日)
開場時間10:00~17:00(受付は16:30まで)

毎週火曜日はシニアデー(1人300円)※運転免許証または健康保険証 要提示
毎週土曜日(午前)は親子ペアデー(ペアで500円)