

11月1日(土)～3日(月)(祝)

ビナスポ施設無料開放

1日(土)10時～22時、2日(日)・3日(月)(祝)9時～22時は、施設を無料で利用できます。無料開放中の利用は、1人1時間までです。また、プログラム体験時間中は多目的プールの利用ができませんのでご注意ください(ウォーキングプールとリラクゼーションプールは利用できます)。トレーニングルームは、初回時にビギナー講習が必要ですが、海老名運動公園または北部公園で受講済みの方は、一部免除されます。

●プログラム体験 事前予約制

▼プログラム・時間など 5ページ【表1】参照
▼対象 市内在住・在勤・在学の方
▼申し込み 9月15日(月)(祝)からファクスまたは往復はがきで、

①氏名②住所③電話番号④体験したいプログラムの第1～3希望を記入し、えびな市民活動センター・ビナレッジ(交流館)(〒243-0421さつき町51-2)へ。ビナレッジ窓口でも受け付けます。10月3日(金)22時必着。
▼その他 応募多数の場合は抽選。結果は、申し込み時と同じ方

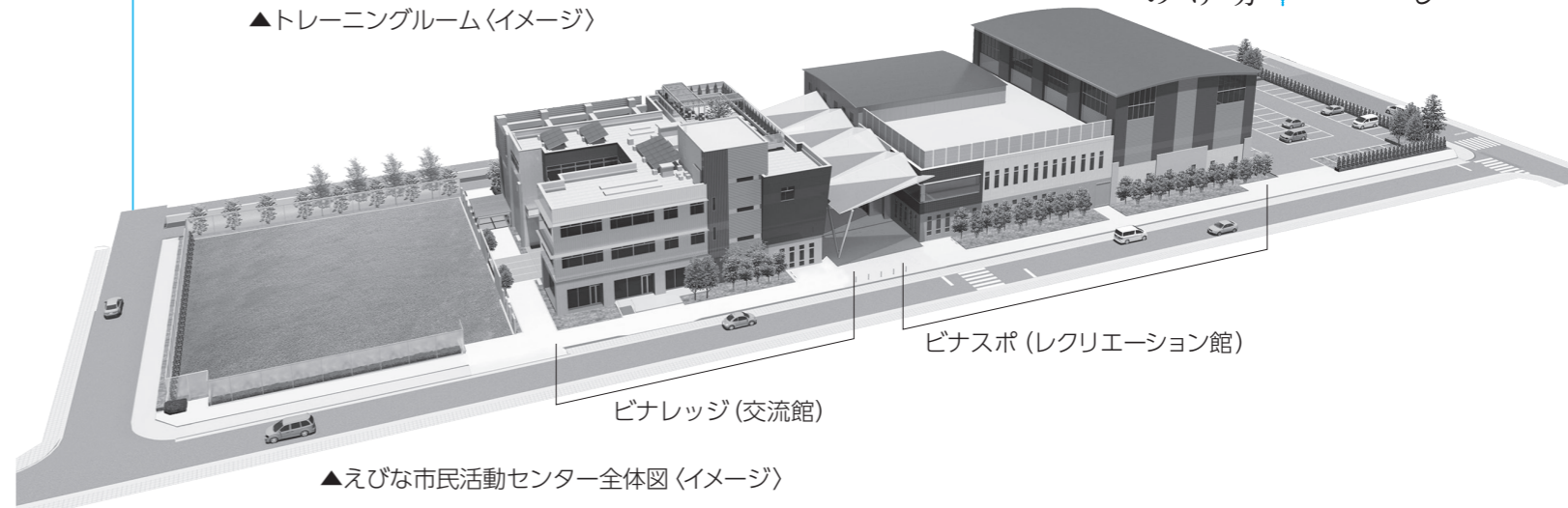


▲プール(イメージ)

法(ファクス・はがき)で通知します。
●室内スポーツ 当日予約制
いずれの種目も開始時刻の15分前に、それぞれの場所へ受け付けます。利用希望者多数の場合、別の時間になることもあります。室内履きを必ず持参してください。
▼種目・場所など 5ページ【表2】参照
▼その他 バドミントンや卓球の用具は数に限りがあります。できるだけ持参してください。



▲トレーニングルーム(イメージ)



▲えびな市民活動センター全体図(イメージ)



【表1】プログラム体験・事前予約制

プログラム	日にち	時間	会場	定員	持ち物			
1 大人水泳教室	1日(土)	①17時～17時30分 ②20時30分～21時	多目的プール	30人	・水着 ・水泳キャップ ・タオル			
	2日(日)	①13時30分～14時 ②18時30分～19時						
	3日(月)(祝)	11時30分～12時						
2 アクアビクス	1日(土)	①10時30分～11時 ②19時～19時30分						
	2日(日)	11時30分～12時						
	3日(月)(祝)	①10時30分～11時 ②20時～20時30分						
3 アクアジョギング	2日(日)	10時30分～11時						
4 アクアファイター	2日(日)	17時～17時30分						
5 アクアウォーキング	3日(月)(祝)	13時30分～14時						
6 子ども水泳教室	2日(日)	20時～20時30分						
7 脂肪バイバイ	1日(土)	14時15分～15時				レクリエーションルーム	40人(ボディステップのみ30人)	・動きやすい服装 ・タオル ・室内履き(スリッパ不可)
	3日(月)(祝)	16時30分～17時15分						
8 エアロビクス	3日(月)(祝)	18時30分～19時						
	1日(土)	17時～17時45分						
	2日(日)	17時～17時45分						
9 ボディコンバット	3日(月)(祝)	12時～12時45分						
	1日(土)	19時15分～20時						
	2日(日)	14時30分～15時15分						
10 ボディステップ	2日(日)	10時～11時						
	3日(月)(祝)	18時～18時45分						
11 シーエクソワークス	3日(月)(祝)	20時～20時45分						
	2日(日)	10時45分～11時15分	・動きやすい服装 ・タオル					
12 ヨガ	2日(日)	12時～13時						
	13 ボディバランス	3日(月)(祝)	14時30分～15時30分					
14 太極拳		2日(日)	19時15分～20時					
	3日(月)(祝)	10時～11時						

【表2】室内スポーツ・当日予約制 ※()内の時間単位で、入れ替えおよび受け付けがあります。

日にち	種目	場所	時間
1日(土)	バドミントン	大多目的室	17時30分～21時(30分ごと)
	卓球	小多目的室	19時～21時(入れ替えなし)
	バスケットボール		
2日(日)	バドミントン	大多目的室	① 9時15分～13時15分(30分ごと)
	卓球		② 17時30分～21時(30分ごと)
			① 14時～17時(30分ごと)
	② 17時30分～21時(30分ごと)		
3日(月)(祝)	バスケットボール	小多目的室	9時15分～21時15分(1時間ごと)
	バスケットボール	大多目的室	9時15分～21時15分(30分ごと)
	バレーボール		
	卓球	小多目的室	9時15分～13時15分(30分ごと)
	バドミントン		14時～17時(30分ごと)
フットサル	17時30分～21時30分(1時間ごと)		