



大曲

アスレ通信

2024年
6月号



心地良い風も吹き、陽射しもだいぶ強くなってきました。これから夏にかけて、汗の量も増えてきますので水分補給をしっかりと心がけてくださいね!!

週末になるとお子様の手荷物が多くなり、忘れ物も増えています。持ち物を確認してから帰りましょう!!

6・7月の練習表と行事予定

| 6月 | | | | | | | 7月 | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | | 1 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 28 | 29 | 30 | 31 | | | |
| 30 | | | | | | | | | | | | | |

- ◎ 6月1日(土) AAC大曲水泳記録会
- ◎ 6月15日(土)~6月21日(金) チェック週間
- ◎ 6月29日(土) 7月分練習日
- ◎ 7月15日(月) 祝日時間練習
- ◎ 7月27日(土)~7月30日(火) 夏休み短期水泳教室NO1
- ◎ 7月31日(水) 休館日



今月の目標

れんしゅうまえは、しずかにすわってまっています!!



今月はチェック月

6月15日(土)~6月21日(金)



練習の前後やトイレ後はしっかりシャワーをしましょう!!



湿度が高くなると皮膚の持つ代謝機能が阻害され皮膚の働きが弱くなり、湿疹が起きやすくなります。汗の量が増えると様々な菌が繁殖、付着し「夏の皮膚病」になります。お子様に気になる症状がありましたら早期に皮膚科の受診をお願いいたします。

注意

雨が降ると駐車場や玄関前風除室前が大変滑りやすくなりますのでバス降車後や車から降りた後は走らないで歩いてご来館ください。
(練習前に転倒される方がいらっしゃいます。)



かさの忘れ物がたくさんあります!!



お忘れ物にご注意ください

練習マナーを守りましょう!!



おともだちへいたずらをするのはやめましょう!!

毎回プールサイドを走る方がおられます。ケガの原因になりますので歩いて移動してくださいね!!



WELBOX

★WELBOX新規申込R6.6月1日(土)より

長期スクール入会金無料&WELBOX2カ月無料
(※6カ月継続条件になります。)

※ご入会を検討されている方へ教えてくださいね!!

ケガや盗難など
もしもの時に備えて安心

見舞金制度

毎週チャレンジして
お得をゲット!

プチギフト

お得な特典がいっぱい

会員優待
サービス

詳しくはWELBOX動画「<https://youtu.be/0kfGDQKx-rI>」をチェック!

秋田アスレティッククラブ大曲
大仙市花館字上殿屋敷48番地4号
0187-63-7374
メール aac-o@diaplaza.co.jp

