



大
曲

アスレ通信

2025年
8月号



夏休み中は、規則正しい生活を過ごしておりますか？今月は、お盆や大曲の花火大会がありますね！！それに伴い、休館日も多くなっておりますので、お間違えのないようご来館ください！！

8・9月の練習表と行事予定

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

- ◎ 8月1日(金)～8月4日(月) 夏休み短期水泳教室NO2
- ◎ 8月11日(月) 祝日時間練習
- ◎ 8月12日(火)～8月15日(金) 休館日
- ◎ 8月16日(土)～8月22日(金) チェック週間
- ◎ 8月30日(土) 休館日 大曲の花火大会
- ◎ 9月15日(月) 祝日時間練習
- ◎ 9月23日(火) 祝日時間練習
- ◎ 9月29日(月)～30日(火) 10月分練習日



今月の目標

コーチのおはなしをよくききましょう！！



今月はチェック月

8月16日(土)～8月22日(金)



祝日時間変更

16時00分⇒9時40分
8/11(月) 17時20分⇒11時00分

★幼児コース変更なし

水分補給忘れずに

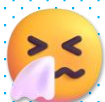
夏は、こまめに水分をとみましょう！！

のどが、かわいたと感じた時は、すでに水分不足となっております。夏の季節は、汗をかきやすく熱中症に気をつける必要があります。
寝ているだけでも汗をかき、気付かないうちに脱水状態になっていることがあります。
のどが、かわいたと感じる前に水分をとるようにしましょう！！

おねがい

スクール開始時間について

スクール開始**10分前**までにあわせて
余裕をもってご来館くださいね！！
練習開始してからのご入場は
できるだけしないようご協力ください。



夏に流行する感染症に注意！！

夏風邪(咽頭結膜症・手足口病・ヘルパンギーナ)

発熱・せき・くしゃみ・喉や目に炎症がでたり
口や手足に水ぶくれを伴う発しんがでたりします。
夏休みの外出中、人混みから感染される場合がありますので、手洗い・うがいなどを心がけましょう！！
練習に参加される前、体調が悪い場合は無理に練習に参加しないで、翌月の練習日までに振替練習のご予約をお願いいたします！！



館内外について

バス・自家用車から降りた後や、ロビーでの待機時間・練習前後のプールサイドなど
共通して多くのおともだちが走って移動しております。
ケガにつながってしまったケースがありましたので、急がず歩いて移動してくださいね！！

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

