

専門家によると、今冬も寒さが厳しくなると言われていますね。外に出るのが億劫な気候が続きますが、北欧の人たちは、寒い中でもウィンタースポーツを楽しんで健康作りに励んでいるそうです。しっかり防寒して体を動かし、暗く寒い冬を乗り切りましょう。とは言うものの、寒さに慣れていない私たち。無理せず、気軽にできる室内スポーツ施設からチャレンジしてみませんか。

プール

区民プールは、バーミューダ禁止、帽子着用必須です。ご注意ください。

Aqualibi www.walibi.be
Rue J.Deschamps 9, 1300 Wavre

■入場料 (プールのみ)
大人€18.5、6~11歳€14.5、6歳未満€5、3歳未満無料
(3月31日まで有効のオープンチケットはさらに安くなる。
希望の日に入場可。ネットからのみ販売)

■開園期間
通年 冬季は学校休暇期間と週末のみ
(時間帯はウェブサイトを確認してください)

Oseade (Bruparck内) www.oseade.be
Bd. du Centenaire 20, 1020 Brussels

■入場料
大人・身長130cm以上の子ども€16.8
身長115~130cm未満 €13.8、身長115cm未満無料
10回券 €106 (1回で5人まで使用可)
ミニヨーロッパとのコンビチケットあり

■開園期間
通年 平日10~18h、土・日10~21h
月休 (冬季は月・火休、土・日と学校休暇期間は21hまで)
*4時間の入場制限



©Steven Richardson

Poseidon (Woluwe-Saint-Lambert)
www.dynamic-tamtam.be/fr/woluwe-sports/infrastructures/Poseidon/Activites/Piscine-Poseidon.php

Complexe sportif Poséidon
Avenue des Vaillants 2, 1200 Brussels

■入場料
大人€3.5、60歳以上・14歳未満€2.9

■開館期間
平日7h30~19h30、週末7h30~19h、7,8月7h30~20h、祭日休み



Sport City (Joli bois, Woluwe-Saint-Pierre)
www.sportcity-woluwe.be/francais/piscine.html#
Avenue Salomé 2, 1150 Brussels

■入場料
18歳以上€3.5、18歳未満€3、65歳以上・学生・障害者€2.7

■開館期間
月・木、土・日8~19h、金8~20h

Calypto (Wartelmael-Boitsfort)
www.iclub.be/page3.asp?ClubID=28&LG=FR&PageID=259
Parc Sportif des 3 tilleuls
Avenue Léopold Wiener 60, 1170 Brussels

室内スポーツ施設

■入場料
大人€2.8 (在区者) €3.3 (一般)
シニア€2.3 (在区者) €3.1 (一般)
14歳未満€1.6、4歳未満€1.1

■開館期間
月・木7~19h、火~19h40、水・金~18h40
土・日・祭8~17h30、7、8月8~19h40

Piscine Ixelles

www.elsene.irisnet.be/site/fr/sports/sports/piscineinfo.htm
Rue de la Natation 10, 1050 Brussels

■入場料
大人€1.85 (在区者) €2.1 (一般)
シニア・12歳未満€1.35 (在区者) €1.60 (一般)

■開館期間
月8~21h、火・日8~18h

ロッククライミング

NEW ROCK www.newtoprock.com
Chaussée de Watermael 136, 1160 Brussels

■入場料
大人€8.5、学生€7.5、12歳未満€5.5
モニター付き€35/1~2人 (要予約)

■開館期間
月・金12~24h、土12~20h、日12~22h30、祭休



Stone Age

www.stone-age.be
Centre sportif de la Woluwe
Avenue Mounier 87, 1200 Brussels

■入場料
大人€9.4、13~26歳€8.4、12歳未満€6.6
用具貸し出し€4
モニター付き6人グループ€25/人、水20~21h30 (要予約)

■開館期間
月・日9~23h、月、曜日により時間帯が変わるので、詳しくはウェブサイトを確認してください。祭休

ボーリング

Crosly www.crosly.be
Boulevard de l'Empereur

■入場料
月・金18h以前€3、18h以降€4、土€4、
日12h以前€2.4、12h以降€4
靴貸し出し€1

■開館期間
月・木14~01h、金・土14~02h、日10~24h



LA TOUR D'ARGENT

ベトナム料理
レストラン ケータリング
夏はテラスでお食事を

Avenue Salomé 1
1150 Bruxelles
Tel 02 762 99 80

12h-14h30 19h-22h30
水、木、土、日定休

大型店舗内に 寿司スタンドを始めませんか?



不況を知らない日本食ブーム
簡単に投資でき、手早く利益
在庫管理が簡単、家賃など経費なし
1日最高1万5千食
ブリュッセル、アントワープ
ワテルローで営業可

詳しくは、www.sushidaily.com

Tél: +33 (1) 73 75 61 03 +33 (0)6 18 22 56 42
contact@kellydeli.com KELLYDELI.