

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](http://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](http://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](http://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#](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://www.sushidaily.com)

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