

MUSO (ムソウ)

011-375-1500

公益財団法人 札幌市公園緑化協会

MUSO mail

Vol.5

November, 2023

MUSO HP



M
MUSO

Topics

- ・AAA(厚別アスリートアカデミー)【大会結果報告】
- ・MUSO有酸素ルーム【New Open情報】
- ・UgoKL(ウゴケル)情報
- ・平岡イベント情報

Atsubetsu Grow Up Labo (ジム)

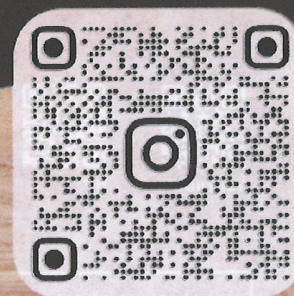
Atsubetsu Athlete Academy (陸上クラブ)

Atsubetsu Beauty Labo (運動教室)

MUSO各種SNSはこちらから。
フォロー，チェックお願いします！

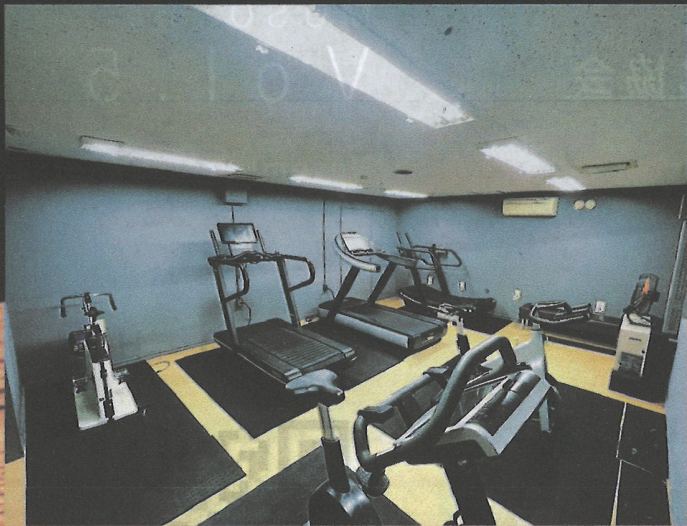


X(旧ツイッター)



Instagram

有酸素ルーム OPEN!



遂に、MUSOに有酸素ルーム誕生

導入マシン

- ・ 自走式トレッドミル
- ・ トレッドミル
- ・ バイク
- ・ パワーマックス

YouTubeなどを見ながら
ウォーキング
できるマシンも
ございます!

UgoKL

For Your Higher Performance

ATSUBETSU



YouTube



HP

お得な会員コースもございます。
料金の詳細や内容についてはコチラ▶



厚別アスリートアカデミー 全国大会結果報告



10/20~22 に愛媛県で行われた、U-16 陸上競技大会に U-15 の2名の選手が出場しました。

・女子 100mH
 予選 14 秒 52
 B 決勝 14 秒 50
全国 11 位!

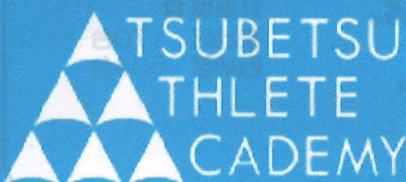
・女子走高跳
 決勝 1m55
全国 17 位!

これからも AAA の応援よろしくお願いします!

走高跳



100mH



AAA (厚別アスリートアカデミー) は札幌市公園緑化協会と NSD が共働運営するクラブチームです。指導者は、アジアマスターズ 4×1000mR で金メダリスト全日本大会優勝経験者と豊富な経歴に加え、技術指導はもちろん、全力で競技を楽しみ、スポーツを通して人間性の成長をサポートします!

ひらおかこうえん イベント情報！！

平岡公園の冬支度！

暑かった夏もようやく過ぎ去り、秋を通り越してもう冬の気配がしてきました。平岡公園内の生き物達も、もうすでに冬への準備を始めています。



こちらはミズバショウです。春に葉を開くための準備をもうすでに初めています。

秋のツリーウォッチングで見かけたエゾアカガエルです。越冬場所を探しているのかもしれませんが



こちらも秋のツリーウォッチングで見つけたキタコブシ(左)、オオカメノキ(右)の冬芽です。

冬場は生き物を目にする機会が少なくなってしまうかもしれませんが、少し目を凝らすといろいろな生き物の冬支度という、ちょっと違った角度から生き物を見ることが出来ます。そんな冬支度にいそしむ生き物たちを見に、ぜひ平岡公園に遊びに来てください。

平岡公園の動植物の冬支度を観察したければコチラへ！

平岡公園ツリーウォッチング

～じっくり観察派におすすめ！

平岡どんぐりの森の「ゆうさん」こと佐藤佑一さん(北海道自然観察協議会指導員)をガイドに、平岡公園の樹木や動物たちを観察しながら園内を歩きます。公園内の森の中や湿地の歩道を2時間ちょっとかけて歩きますので、良い運動にもなります。

2/21

まだちょっと先のイベントとなりますが、温かい服装でぜひお越しください！

参加費：200円(定員なし・予約不要)

集合：平岡管理事務所

時間：午前10時集合(約2時間)

平岡公園へのアクセス

○公共交通機関○

東地区(野球場・テニスコート・遊具広場)

- 新111(循環)(中央バス、JRバス)
地下鉄東西線新札幌駅→平岡公園東2丁目 下車
- 循73・74(JRバス)
地下鉄東西線新札幌駅→平岡公園入口 下車
- 11・13(JRバス)
JRバス厚別営業所→平岡公園入口 下車

西地区(梅林・湿地・パークゴルフ場)

- 新111(循環)(中央バス、JRバス)
地下鉄東西線新札幌駅→平岡5条3丁目、または平岡6条4丁目 下車
- 大66・67(中央バス)
地下鉄東西線大谷地駅→平岡5条3丁目、または平岡5条6丁目 下車



★バス停

- ★平岡公園入口
- ★平岡公園東2丁目
- ★平岡6条4丁目
- ★平岡5条6丁目
- ★平岡5条3丁目

管理事務所

駐車場

- 東地区 170台
- 西地区 504台