

# 2019年 第二期教室一覧 《7月～8月開催》

【子供の水泳教室】 ※プール繁忙期のため、第二期の教室はお休みさせていただきます。

【大人の水泳教室】 ※プール繁忙期のため、第二期の教室はお休みさせていただきます。

【子供の体操教室】

曜日	教室名	日にち/時間	回数	料金	対象	申込
月	めざせ体育マスター	7/22、7/29、8/5、8/19 16:30～17:30	4	¥2,600	小学1年生～3年生	6/15～ 6/22往復 ハガキにて
水	キッズダンス	施設の都合によりお休みさせていただきます			小学生	

【大人の体操教室】

曜日	教室名	日にち/時間	回数	料金	対象	申込
月	プールサイドでホットヨガ ※水の中には入りません	プール繁忙期のため、第二期の教室は お休みさせていただきます。			16歳以上 ◆7°-財団の熱を利用したヨガ	6/15～ 6/22 往復ハガキ にて
	ボディコア	7/22、7/29、8/5、8/19 18:30～19:30	4	¥2,600	16歳以上 ◆からだを緩めた後、 トレーニングで調整します	
火	ストレッチ&ヨガ	7/23、7/30、8/6、8/20 13:00～14:00	4	¥2,600	16歳以上 ◆からだをほぐし、ヨガの呼吸法 や	
水	ボディバランス	7/24、7/31、8/7、8/21 13:00～14:00	4	¥2,600	16歳以上 ◆からだのバランスを整えます	
木	いきいきヨガ	7/25、8/1、8/8、8/22 12:00～13:00	4	¥2,600	16歳以上 ◆健康維持、負荷の少ないヨガ	
	美骨体操	7/25、8/1、8/8、8/22 15:30～16:30	4	¥2,600	16歳以上 ◆骨盤の歪みを改善し、姿勢の安 定	
金	膝腰ゆるゆるストレッチポール	7/26、8/2、8/9、8/23 13:00～14:00	4	¥2,600	16歳以上 ◆からだの歪みを改善しながら、 膝	

【介護予防事業】

曜日	教室名	日にち/時間	回数	料金	対象	申込
月	元気アップ! シニア体操	7/22、7/29、8/5、8/19 9:30～10:30	4	¥2,600	65歳以上	6/15～ 6/22 往復ハガキ にて
木	元気アップ! 水中運動	プール繁忙期のため、第二期の教室は お休みさせていただきます。				

【2階障害者プール教室】

曜日	教室名	日にち/時間	回数	料金	対象	申込
木	小学生水泳教室	7/25、8/1、8/8、8/22 17:30～18:30	4	¥3,600	障害者手帳をお持ちの小学生 ※知的障害、自閉症に限ります	7/1～ 来館・電話 にて
金	ベビースイミング(金曜日)	7/5、7/12、7/19、7/26、8/2 11:15～12:00	5	¥6,000	6カ月から1歳半のお子さまとそ の保護者	6/18～ 来館・電話 にて
土	ベビースイミング(土曜日)	7/6、7/13、7/20、7/27、8/3 11:15～12:00	5	¥6,000	1歳～2歳半のお子さまとその保 護者	

【短期教室・イベント】

曜日	教室名	日にち/時間	回数	料金	対象	申込
連日	夏休み5Days 水泳教室&宿題消化①	7/22～7/26(5日間) 8:00～11:00	5	¥7,500	小学生	6/15～ 6/28 往復ハガキ にて
連日	夏休み5Days 水泳教室&宿題消化②	7/29～8/2(5日間) 8:00～11:00	5	¥7,500	小学生	
連日	夏休み5Days 水泳教室&宿題消化③	8/5～8/9(5日間) 8:00～11:00	5	¥7,500	小学生	
連日	夏休み5Days 水泳教室&宿題消化④	8/19～8/23(5日間) 8:00～11:00	5	¥7,500	小学生	
単発	ちびっこライフガード①	7/20(土曜日) 10:00～13:00	1	¥500	小学生	
単発	ちびっこライフガード②	7/27(土曜日) 10:00～13:00	1	¥500	小学生	
イ ベ ン ト	緑日	8/3、10、17、24、31(土曜日) 10:30～12:00、15:30～17:00	1日 2回	¥100	小学生以下	当日 お越しくだ さい
	ウォーターボール	6/23～7/28、9/1～10/6、10/27の毎週土・日 8/1～8/31の毎週月・水・金 17:30～19:30		¥300 (5分)	3歳以上	当日 17:00～ 現地にて 予約受付
	スラックライン	6/23～9/29の毎週土・日 (7/20～8/31の夏休み期間は毎日開催) 9:30～19:00		¥500 (15分)	どなたでも ※グループ単位でご参加いただけ ます	当日9:00～ 窓口にて 予約受付