

# 令和6年度 第3期 スポーツ教室実施日程表

レジャー … アクアパーク レジャープール  
SH … スポーツハウス プール

## 【一般水泳教室】

曜	区分	時間	教室名(対象)	定員(人)	指導員	受講料	10月				11月				12月				会場		
月	午前	10:30~12:00	月曜午前コース(成人)	30	平田(文)	4,600円	7	-	21	28	-	11	18	25	2	9	16	23	-	SH	
	夜	19:00~20:00	月曜ナイトコース(中学生以上)	30	小林(明)・藤田	4,000円	7	-	21	28	-	11	18	25	2	9	16	23	-	レジャー	
水	夜	19:00~20:00	初級コース(中学生以上)	20	小林(明)	4,000円	-	-	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	-		レジャー
木	午前	10:30~12:00	ニコニコ水泳<上級>(50歳以上)	50	西巻	4,600円	-	-	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	-	SH	
			ニコニコ水泳<初中級>(50歳以上)		藤田		-	-	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	-		
	夜	18:00~19:00	エンジョイスイミングナイトコース(中学生以上)	20	平田(文)	4,000円	-	-	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	-	レジャー	
金	午前	10:30~12:00	金曜デイコース(成人)	30	藤田	4,600円	-	-	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	-	SH	
	夜	18:00~19:00	金曜ナイトコース<1組>(中学生以上)	20	藤田	4,000円	-	-	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	-	レジャー	
		19:00~20:00	金曜ナイトコース<2組>(中学生以上)	30	小林(明)・藤田		-	-	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	-		

## 【水中歩行教室】

曜	区分	時間	教室名(対象)	定員(人)	指導員	受講料	10月				11月				12月				会場	
月	午後	13:00~14:00	月曜コース(身長145cm以上の成人)	30	高嶋	4,000円	7	-	21	28	-	11	18	25	2	9	16	23	-	レジャー
水			水曜コース(身長145cm以上の成人)		小山		-	-	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	-	
金			金曜コース(身長145cm以上の成人)		小林(真)		-	-	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	-	

## 【アクアビクス教室】

曜	区分	時間	教室名(対象)	定員(人)	指導員	受講料	10月				11月				12月				会場	
水	午前	10:00~11:00	水曜①コース(成人)	40	小山	4,000円	-	-	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	-	レジャー
		11:00~12:00	水曜②コース(成人)				-	-	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	-	
木	夜	19:00~20:00	木曜コース(中学生以上)				-	-	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	-	
金	午前	10:00~11:00	金曜コース(成人)		高嶋		-	-	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	-	

## 【親子水泳教室】 ※1 注意事項あり(裏面参照)

曜	区分	時間	教室名(対象)	定員(組)	指導員	受講料	10月				11月				12月				会場	
土	午前	10:00~11:00	親子水泳(年少・年中・年長児と大人)	20	高嶋	4,600円	5	-	19	26	2	9	16	-	30	7	14	21	-	レジャー

## 【体操教室】

曜	区分	時間	教室名(対象)	定員(人)	指導員	受講料	10月				11月				12月				会場	
月	午前	9:30~11:00	リズム体操(成人)	50	小山	3,500円	7	-	21	28	-	11	18	25	2	9	16	23	-	スポーツハウス 球技場
火			いきいき健康(成人)				-	8	15	22	29	-	12	19	26	3	10	17	-	
金			女性健康体操(成人女性)		狩野		-	11	18	25	-	8	15	22	29	6	13	20	-	