

令和7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

【一般水泳教室】

曜	区分	時 間	教 室 名 (対象)	定員 (人)	指導員	回数	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)	9回	4,140円	6	-	20	27		-	10	17	-		1	8	15	22	-	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	9回	3,600円	6	-	20	27		-	10	17	-		1	8	15	22	-	レジャー
水	夜	19:00～20:00	初級コース (中学生以上)	20	小林(明)	10回	4,000円	-	8	15	22	29	5	12	19	26		3	-	17	-	-	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	10回	4,600円	-	-	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	-		レジャー
			ニコニコ水泳<初中級> (50歳以上)		藤田	10回		-	-	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	-		SH
	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)	10回	4,000円	-	-	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	-		レジャー
金	午前	10:30～12:00	金曜デイコース (成人)	30	藤田	10回	4,600円	-	-	17	24	31	7	14	21	28		5	12	19	-		SH
	夜	18:00～19:00	金曜ナイトコース<1組> (中学生以上)	20	藤田	10回	4,000円	-	10	17	24	31	7	14	21	28		5	12	-	-		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	10回		-	10	17	24	31	7	14	21	28		5	12	-	-		レジャー

【水中歩行教室】

曜	区分	時 間	教 室 名 (対象)	定員 (人)	指導員	回数	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)	各 30	高嶋	9回	3,600円	6	-	20	27		-	10	17	-		1	8	15	22	-	レジャー
水			水曜コース (身長145cm以上の成人)		小山	10回	4,000円	-	8	15	22	29	5	12	19	26		3	-	17	-	-	
金			金曜コース (身長145cm以上の成人)		小林(真)	10回	4,000円	-	-	17	24	31	7	14	21	28		5	12	19	-		

【アクアビクス教室】

曜	区分	時 間	教 室 名 (対象)	定員 (人)	指導員	回数	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)	各 40	小山	10回	4,000円	-	8	15	22	29	5	12	19	26		3	-	17	-	-	レジャー
		11:00～12:00	水曜②コース (成人)			10回	4,000円	-	8	15	22	29	5	12	19	26		3	-	17	-		
木	夜	19:00～20:00	木曜コース (中学生以上)		小山	10回	4,000円	-	-	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	-		
金	午前	10:00～11:00	金曜コース (成人)		高嶋	10回	4,000円	-	-	17	24	31	7	14	21	28		5	12	19	-		

【親子水泳教室】 ※1 ご案内あり(裏面参照)

曜	区分	時 間	教 室 名 (対象)	定員 (組)	指導員	回数	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	10回	4600円	4	-	18	25		1	8	15	22	29	6	13	-	-		レジャー

【体操教室】

曜	区分	時 間	教 室 名 (対象)	定員 (人)	指導員	回数	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)	各 50	小山	9回	3,150円	6	-	20	27		-	10	17	-		1	8	15	22	-	スポーツ ハウス 球技場
火			いきいき健康 (成人)			10回	3,500円	-	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	-	-	
金			女性健康体操 (成人女性)		小林	10回	3,500円	-	10	17	24	31	7	14	21	28		5	12	-	-		