

秋の特別教室

11/23(木・祝)

熟年水中運動

12:00~12:50

65歳以上の方を対象
健康増進・体力向上目的



定員：15名

受講料：600円

担当コーチ

鹿子 愛

健康管理士一般指導員
水泳C級インストラクター
アクアフィットネス
インストラクター
認知症サポーター

平泳ぎ教室

13:00~13:50

小学生以上の方を対象
平泳ぎの基礎～中級



定員：15名

受講料：1,200円

担当コーチ

大山 ちづる

水中運動指導士
2023日本短水路マスターズ
100m平泳ぎ 第5位
2023千葉マスターズ水泳
200m平泳ぎ 優勝(大会新)

11/14(火)~20(月)申込受付

電話・HP・受付にて先着順(申込多数の場合は抽選)
抽選となる場合にのみ、受講の可否をご連絡します
11/21(火)までに連絡がなければ受講可能ととなります
ので、2F受付にて受講料をお支払いください

🌸 11月23日(木・祝) キッズスペシャル教室

お申込みはスポーツセンターHP【イベント】からオンラインで♪

申込受付 11月14日(火) 10:00~11月20日(月)



上達のチャンス♪

なわとびとっくん!

お持ちのなわとびでも参加できます♪

時間	対象	定員	受講料
10:50~11:40	年中 年長	15名	800円

ふわふわトランポリン教室 このチャンスを見逃さないで!

時間	対象	定員	受講料
13:30~14:20	年少	20名	1,000円
14:30~15:20	年中 年長	20名	1,000円
15:30~16:20	小学校 1・2年	20名	1,000円



こちらの教室の会場はすべて**1階スポーツルーム**です。**裸足**で参加してください。