

久留米市民温水プール 平成29年度 前期Ⅱ期講座一覧

前期Ⅱ期講座一覧；申込期間（6/1～6/15）往復はがきにて受付。6/15の消印まで有効

	教室名	曜	時間	期間	対象	定員	回数	参加費	内容
プ ー ル	一般水泳教室（昼）	金	11:00～12:00	7/14～9/22	一般	15名程度	10回	8,000円	泳げない人を対象にクロールが泳げることを目指します！ また、健康増進を図り体力向上を図ります。
	ナイトスイム	水	19:00～20:00	7/12～9/20	一般	15名程度	10回	8,000円	
	運動不足解消！水中シェイプ	水	11:00～12:00	7/12～9/20	一般	20名	10回	7,500円	音楽に合わせて楽しく動き、 身体を引き締めましょう！
	肩こり・腰痛・膝痛予防 水中歩行	木	11:00～12:00	7/13～9/14	一般	20名	10回	7,500円	水中歩行の基本、効果的な歩き 方を学びます。
	小学生水泳教室(水5)	水	17:00～18:00	7/12～9/20	小学生	21名程度	10回	7,000円	泳力別に分かれ、水慣れから 25m泳げるようになることを目 指しています！
	小学生水泳教室(水6)	水	18:00～19:00	7/12～9/20	小学生	21名程度	10回	7,000円	
	小学生水泳教室(金5)	金	17:00～18:00	7/14～9/22	小学生	21名程度	10回	7,000円	
	小学生水泳教室(金6)	金	18:00～19:00	7/14～9/22	小学生	21名程度	10回	7,000円	
多 目 的 ホ ー ル	ZUMBA（昼）	火	14:00～15:00	7/4～9/26	一般	40名程度	10回	7,500円	ラテンやジャズに合わせて 楽しく身体を動かしてストレス 解消!!
	ZUMBA（夜）	木	20:10～21:10	7/13～9/14	一般	40名程度	10回	7,500円	
	ロコモーショントレーニング	水	14:30～15:30	7/12～9/20	一般	30名	10回	7,500円	ロコモ予防と改善を目的とした 教室です。
	ゆがみ改善！ 骨盤エクササイズ	木	16:00～17:00	7/13～9/14	一般	30名	10回	7,500円	体のゆがみ、姿勢が気になって いる方ご参加ください。
	小学生書道教室	水	16:30～18:00 上記の時間から60分	6/7～随時開催	小学生	15名	随時	月謝 3,240円	文字を書く基本を学ぶとともに成功 体験をつむことで最後までやり遂げ る力を身につけます
	体育教室	火	17:00～18:00	4/11～年間40回	小学生	20名	年間40回	月謝 4,320円	マットやなわとび運動など、基 本的な運動の実践を行います。
	器械体操教室	金	17:00～18:00	4/14～年間40回	小学生	20名	年間40回	月謝 4,320円	マット運動など体育教室に比べ 高度な運動の実践を行います。

夏休み小学生水泳教室参加者募集 募集開始は7/1からです

	教室名	曜	時間	期間	対象	定員	回数	参加費	内容
プ ー ル	夏休み小学生水泳教室①		9:00～10:00	7/25.26.27 28.29	小学生	21名	5回	4,000円	夏休み恒例の小学生水泳教室。 泳力別に分かれ、水慣れから25 m泳げるようになることを目指 します！
	夏休み小学生水泳教室②		10:00～11:00	7/25.26.27 28.29	小学生	21名	5回	4,000円	
	夏休み小学生水泳教室③		9:00～10:00	8/2.3.7.8.9	小学生	21名	5回	4,000円	
	夏休み小学生水泳教室④		10:00～11:00	8/2.3.7.8.9	小学生	21名	5回	4,000円	

申込方法

- 往復はがきに①お名前②年齢（学年）③住所④連絡先⑤希望教室名、明記の上、久留米市民温水プール（下記住所）まで送付してください。
施設にはがきを準備いたします。購入いただき、記入をお願い致します。（夏休み小学生水泳教室の募集開始は7/1～です）
- 応募者多数の場合は抽選。抽選の結果を返信用はがきにて送付いたします。
- 小学生書道教室・器械体操教室・体育教室は随時参加者募集中！ 受付までお声かけください。

受付期間

- 平成29年6月1日(木)から6月15日(木)まで（6/15の消印有効） ※定員に満たない教室は定員になるまで募集を継続いたします。
- 夏休み小学生水泳教室は7月1日（土）～7月15日（土）（7/15の消印有効）

久留米市民温水プール

指定管理者 シンコースポーツ・アズビルグループ URL <http://ssk-kurume-pool.com/>
福岡県久留米市上津町2199-39 TEL 0942-21-2040 FAX 0942-21-1140