

春休み短期水泳教室開催!!

幼児30名

水慣れクラスからバタ足クラスまで!
※対象は年中・年長です

春休みの
チャレンジ

小学生30名

バタ足クラスからクロールクラスまで!
※対象学年は1年生～5年生です



<日程>3月24日(月)25日(火)27日(木)28日(金)の4日間

※26日(水)は休館日のため教室は開講しません。予めご了承ください。

詳しくは各保育園・幼稚園・小学校(旧福光町内)に配布される募集要項をご覧ください、
申込書をご記入の上、福光プールまでお申し込みください。

運動不足&ストレス解消なら! 体力&健康づくりなら! 春期教室に申し込もう!!

迷ったらご相談ください!
あなたにピッタリの教室をご案内します☆

◆例えば、こんなご相談をよくお受けします。

- Q. 医者でプールに行けと言われたのですが、正直水が苦手です。泳げなくても入れる教室はありますか?
A. あります! 顔を水につけない『アクアエクササイズ』や浅めのプールで歩く『水中貯筋教室』などがオススメです。
- Q. 最近のヨガブームによって、やってみたい気持ちはあるのですが、身体がものすごく硬い私には向いてないですね...?
A. むしろ向いています! 人と比べたり、ポーズにこだわったりせずに、自分と向き合うことが出来ます。心地よい雰囲気にとあなたもヨガの廣に♡

もし、やってみるか!



やっぱり王道エアロビクス★初心者からでも安心な水泳教室★
など、内容はいろいろ!

優しいインストラクターと楽しい仲間があなたを待っています♪
詳しくは裏面をご覧ください。

一般
成人

これから時間があつた時に
気軽に参加できるわね!



運動はしたいけど...
先の予定はわからない...という人は!
1コインエアロに参加しよう!

- 【内容】ソフトエアロビクス(初心～初級レベル)
【時間】14:10～15:10
※ストレッチ等を含めた時間です
【日程】3月1日・8日・15日・22日・29日
(全て土曜日)
【担当】今井 貴子インストラクター
【参加費】1回 500円

4月以降の日程は決まり次第、プールにて
お知らせを掲示します。

3月の営業時間

平日 13:00～21:00
土曜日 10:00～21:00
日曜日・祝日 10:00～17:00

※入館は閉館時間の40分前までにお願いいたします

3月の開館日

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

○ は営業時間 10:00～17:00

■ は休館日



<<営業時間について>>

4月からは閉館時間が変わります。

詳しくは来月発行の4・5月号でご確認ください。

そろそろ、はじめますよ～!

小学校
新1年生

友達つくろう!
丈夫な体をつくろう!!
かっこよく泳げるようになろう!!!

ジュニア水泳教室



【曜日】月・火・木・金
【時間】16:00～17:00

週1回からスタート! 進級と共にクラス(時間帯)が変わります。
週2回や選手育成コースへのステップアップも大歓迎!!

3月上旬に各保育園・幼稚園(旧福光町内)に募集要項を配布いたします。
添付の申込書をご記入の上、福光プールまでお申し込みください。

幼児
新年中・年長

プールだいすき♡
元気なちびっこ集まれ～!

幼児水泳教室

【曜日】土曜日
【時間】クラス①(年中)13:00～13:50
クラス②(年長)14:00～14:50
クラス③(年長)15:00～15:50

3月上旬に各保育園・幼稚園(旧福光町内)に
募集要項を配布いたします。
添付の申込書をご記入の上、福光プールまで
お申し込みください。

