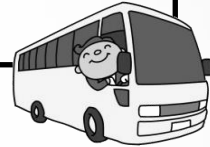


3月の営業時間

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。
* 4月からは閉館時間が変わります。来月発行の4・5月号でご確認ください。

無料送迎バスあります!
バス停・時刻表はプール受付
またはホームページで
ご確認ください



入館料のご案内

回数券	大人(高校生以上)	410円	/	小・中学生	200円
回数券	大人(高校生以上)	4,110円	/	小・中学生	2,050円
1年券	大人(高校生以上)	18,510円	/	小・中学生	9,250円

* 回数券に使用期限はありません。
* 1年券は発行日より1年間有効です。
* 平成27年度内に限り、福光スポーツクラブ会員は入館料(1回券)が半額になります。
平成28年度4月よりこの特典は廃止されますので、ご注意ください。

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

どなたでも参加できる
単発開催のレッスンです!
当日受付なので
都合のいい日にどうぞ!

3月の1コインレッスン (一般成人対象)



1コインYOGA

内容 かんたんヨガ
日程 3月6日(日)
時間 10:30~11:30
場所 ふくみつプール2階スタジオ
担当 中島淳美インストラクター
持ち物 飲料水
参加費 500円 ※別途入館料必要



1コインエアロ

内容 ソフトエアロピクス
(ハードに強んだり走ったりしないやさしいエアロピクスです)
日程 3月5日・12日・19日・26日 ※全て土曜日
時間 14:10~15:10
場所 ふくみつプール2階スタジオ
担当 今井貴子インストラクター
持ち物 内履きシューズ・飲料水・汗ふきタオル
参加費 500円 ※別途入館料必要

春休み

短期水泳教室開催!

3月 22日(火) 23日(水) 24日(木) 25日(金) 4日間コース

対象	時間	定員	練習内容	受講料
幼児(年中・年長)	16:00~17:00	30名	水慣れ・水遊び/ホッピング・バタ足	2,100円
小学生(1~5年生)	17:00~18:00	10名	バタ足	福光スポーツクラブ会員 2,100円
		20名	クロール	福光スポーツクラブ非会員 3,100円

4日間の集中練習で
君も上達まちがいなし!!
水泳がもっと楽しく
プールがもっと好きになるよ

申込み 3月5日(土)9:30~ 先着順

各保育園・幼稚園・小学校(旧福光町内)に配布される申込書に必要事項をご記入の上
受講料を添えてプール受付にてお申込みください



新・小学1年生
新・年少~年長

平成28年度 ジュニア

☆ジュニア(新・小学1年生募集)

曜日	時間	定員
月・火・木・金	16:00~17:00	各曜日10名

- 6年間自動継続! 楽しく続けて風邪に負けない強い体づくり!
- 週2回コースで泳力UP、選手育成コースで競技力UPもできる!
- サマーキャンプにクリスマス会♪水泳以外のイベントもあるよ!

幼児 水泳教室募集について

☆幼児(新・年少~年長募集)

コース	対象	曜日	時間	定員	練習内容		
通年コース	年長	月・木	16:00~17:00	各曜日10名	ホッピング・バタ足		
						年少	①13:00~13:50
10回コース	年中	土	②14:00~14:50	各時間20名	水慣れ・水遊び~ ホッピング・バタ足		
						年少	③15:00~15:50
						年長	

詳細・申込みについては、各保育園・幼稚園(旧福光町内)に配布される募集要項をご覧ください

一般成人

平成28年度 春期教室(4~6月開催)

NEW プログラム & NEW スケジュール



でスタートします!!

~こんな教室が新登場します~

「エアロステップ」
(木)13:30~14:30
シンプルな動きの反復で
汗びしょり!
ザ・有酸素運動☆

「かんたんヨガ」
(金)18:45~19:35
ポーズの形にとらわれず
深い呼吸でゆっくと!
自分と向き合う時間☆

「ダンスエアロ」
(土)19:45~20:45
基本はエアロピクスで
ちょっぴりダンステイスト!
1度で2度美味しい☆

「骨盤体操」
(土)15:20~16:20
骨盤まわりのインナー
マッスルをトレーニング!
ぽっこりお腹解消☆

申込み 3月6日(日)9:30~

教室募集の詳細は裏面をご覧ください