

教室名	曜日	時間	会場	回数	定員	対象*1	参加料	
ジュニアバドミントン②	金	17:30～18:45	体育	12	30人	小学3～中学生	6,480円	
幼児体操①	月	14:45～16:00		10	50人	4歳以上の未就学児	5,450円	
幼児体操②*11	火	14:30～15:30		12	30人	年中・年長※経験者	6,170円	
児童体操	月	16:15～17:30		10	50人	小・中学生	5,450円	
	火	16:50～17:50		12	30人		6,170円	
ベビー体操	月	13:30～14:30		10	20組	生後2カ月～ハイハイの子どもと親	5,140円	
親子健康体操	金			12	40人	1歳6カ月～3歳の子どもと親	6,170円	
ヒップホップ①	月	16:15～17:15		文テ	8	30人	4歳以上の未就学児	5,140円
ヒップホップ②	月	17:30～18:45					小学生	5,450円
ヒップホップ③	土	18:15～19:30			10	20人	小学4～6年生	5,450円
中学生卓球	月	19:15～20:30			中学生			
キッズベースボール	木	16:30～17:45			錦グ		小学3～6年生	
硬式キッズテニス(導入クラス)	月	17:00～18:00			8	30人	小学生 初心者	5,140円
硬式キッズテニス(基礎クラス)	水						小学生 初～中級	6,480円
硬式キッズテニス(幼児クラス)	金	15:15～16:15			10	20人	4歳以上の未就学児 初心者	6,480円
硬式キッズテニス(上達クラス)		16:45～18:00					小学生 中～上級 ※経験者	6,890円
サッカー教室*12	火	16:00～16:50	南グ		10	30人	年中・年長	14,190円
	水							
	火	16:00～17:00						
	水	17:00～18:00						
	火	17:15～18:15						
	水	17:00～18:00						
火	17:15～18:15							
スポーツ教室	水	9:00～10:30	年10	12	50人	40～64歳	2,050円	
	金	9:00～10:30						
	水	10:30～12:00						
	水	19:15～20:45						
	木	19:00～20:45						
オールシーズン*13	第2火	9:30～11:30			40人	一般	3,290円	
自由教室*7	金	19:15～20:45	体育	—	40人	小学生以上	1回 300円	
	月	10:30～11:15				一般	各 1回 510円	
	月	11:30～12:15						
	水	19:10～19:55						
	水	20:05～20:50						
	日	9:30～10:15						
	日	11:30～12:15						
	月	19:10～19:55						
	月	20:05～20:50						
	日	9:30～10:15						
	金	16:00～16:45						
	土	10:00～10:45						
月	14:45～15:45	1回 610円						

**表内注意事項**

●回数、定員、参加料は各教室・各曜日ごとのものです。

- \*1…一般は18歳以上の人
- \*2…平泳ぎ25m完泳を目標
- \*3…クロール25m完泳を目標
- \*4…アームヘルパーが必要※受付で購入可
- \*5…水に慣れ、1人で浮ける子どもの、パタ足やクロールの習得を目標。アームヘルパー不要、クラス分けで、同時刻開催のキッズクラスになる可能性あり
- \*6…火曜日は、市民温水プール2階で開催（プール遊泳なし）
- \*7…当日参加のみの受付、はがきでの申込み不要。都合のつく教室に参加可能。お得な回数券の販売あり
- \*8…初回、最終回は木曜日午後3時30分～5時開催。協力：NPO法人FINE
- \*9…お母さんが運動する教室。子どもは室内で遊びながら待つ
- \*10…試合経験者、試合ができる人
- \*11…経験者とは、幼児体操①を1期間受講した人
- \*12…エスパルスサッカースクールコーチが指導
- \*13…月1回、1年間の教室
- \*14…当日集まった人でスポーツを行う。種目は週変わり

**【各水泳教室の対象者の目安】**

- ▶初心者…水に対して恐怖心がある、水泳をこれから始める
- ▶初級者…クロールが25m泳げない
- ▶中級者…クロールが25m泳げる
- ▶上級者…クロール・背泳ぎ・平泳ぎが25m泳げる

会場名の凡例 ▶プール…市民温水プール▶体育…市民体育館▶文テ…文教テニスコート  
▶錦テ…錦田テニスコート▶錦グ…錦田グラウンド▶南グ…南二日町人工芝グラウンド

## 平成 29 年度第 1 期（4～7月）スポーツ教室参加者募集

### ■ 申込み方法

往復はがきの往信裏面に①氏名（ふりがな）、申込者が未成年の場合は、保護者の氏名②生年月日、年齢、学年③性別④住所⑤電話番号⑥希望教室名、曜日⑦前回受講していた教室名、曜日を記入。返信表面に自分の住所、氏名を記入し、郵送

■ 申込み 市民温水プールまたは市民体育館  
〒411・0033 文教町2・10・57

### ■ 申込期限【必着】

▶ 市民温水プールの教室… 3月17日(金)

▶ 市民体育館、屋外施設の教室… 3月20日(月・祝)

※各教室で開催回数は異なる

● 応募多数時抽選。結果は返信はがきで連絡

● 申込者が定員より大幅に少ない場合、中止の場合あり

● 申込みは各教室につき1通

● 申込み後のキャンセルは要連絡

● 参加料は施設利用料を含んだ金額（一括払いは、初回に支払い）

● 健康状態が不安な人は、事前に医師の許可を受けてください。

● 詳細は、市民温水プール、市民体育館や公共施設にあるチラシをご覧ください。

問合せ 市民温水プール ☎ 980・5757、市民体育館 ☎ 987・7570、指定管理者ホームページ <http://www.sports-info.jp/>

教室名	曜日	時間	会場	回数	定員	対象*1	参加料			
大人	レディーススイミング	火 金	10:30～11:20	プール	13	30人	一般女性	1回 820円		
	レディーススイムマスター	水	12:30～13:20		50人	初心者～中級者				
	スイムレッスン	水	19:20～20:10	14	30人	一般 初心者～中級者				
	スイムレッスン・マスター	土	12:30～13:20		50人	一般 初心者～中級者				
	スイムマスター	木	19:20～20:10	11	30人	一般 中・上級者				
	シニア平泳ぎ*2	月	9:30～10:20			60歳以上				
	シニアクロール*3	木	10:30～11:20			初心者～初級者				
子ども	キッズクラス*4	月	15:00～15:50	プール	11	40人	4歳以上の未就学児	9,020円		
		火	16:00～16:50					13	40人	10,660円
		水・金	15:00～15:50		14	各40人		30人	11,480円	
		木	15:00～15:50							
	キッズスイム*5	月	16:00～16:50	11	10人	5・6歳未就学児	9,020円			
		火	15:00～15:50	13			10,660円			
	ジュニアスイムⅠ	木	15:00～15:50	14	各55人	小学生低・中学年向き 初心者～中級者	11,480円			
		月	17:00～17:50	11			小学生低・中学年向き 初心者	9,020円		
		火	16:00～16:50	13			小学生低～中学年 初心者	10,660円		
		水・木	17:00～17:50	14			小学生中・高学年向き 初～上級者	小学生中・高学年向き 中～上級者	小学生高学年・中学生 中～上級者	11,480円
		金	17:00～17:50							
	ジュニアスイムⅡ	土	16:30～17:20	14	小学生高学年・中学生 中～上級者	11,480円				
	大人	膝・腰痛改善教室	月	11:30～12:20	プール	11	15人	60歳以上	7,040円	
		水中ウォーキング	木	9:30～10:20		14	40人	一般	8,960円	
水中運動自由教室*7	TRYピクス	金	11:30～12:20	13	先着40人	一般	1回 820円			
		火	12:30～13:20							
		金	9:30～10:20							
	リズムファン	火	12:30～13:20	14	先着40人	一般	1回 820円			
		金	12:30～13:20							
	かんたんアクア	水	10:30～11:20	13	先着40人	一般	1回 820円			
		金	10:30～11:20							
	アクアマスター	火	11:30～12:20	14	先着40人	一般	1回 820円			
		木	11:40～12:30							
	水中ウォーキング30	月	10:00～10:30	11	先着40人	一般	1回 510円			
		水	10:40～11:10							
	アクアピクス30	火	9:30～10:10	13	先着40人	一般	1回 510円			
		水	10:40～11:10							
	いきいき運動教室30*6	火	9:30～10:10	14	先着40人	一般	1回 510円			
水		9:30～10:10								
バラエティアクア30	月	19:00～19:30	11	先着40人	一般	1回 510円				
	水	11:30～12:00								
金	19:00～19:30	14	先着40人	一般	1回 510円					
大人	シニア体操	火	11:00～12:00	12	30人	60歳以上	5,860円			
	卓球(初級)	火	9:20～10:50			一般	7,710円			
	卓球(中級)	木	11:00～12:30	10	20人	一般女性	6,480円			
	卓球(上級)	月	9:20～10:50							
	レディースバレー(初級)	月	11:00～12:30	12	30人	一般	7,710円			
	レディースバレー(中級)	木	9:20～10:50							
	レディースバドミントン(初級)	木	11:00～12:30	12	20人	40歳以上	6,480円			
	レディースバドミントン(中級)	水	19:15～20:45							
	一般バドミントン	木	11:00～12:30	9	20人	一般	4,980円			
	健康エクササイズ*8	水	13:00～15:00							
	のびのびリフレッシュ体操	土	19:45～21:00	10	20人	中学生以上	5,450円			
	社交ダンス(初・中級クラス)	木	13:30～14:30							
	大人ヒップホップ	月	11:00～12:30	8	20人	一般	8,020円			
	美ママエクササイズ*9	月	19:00～20:30							
硬式テニス(初級)	水	14:45～16:00	12	30人	4歳以上の未就学児	6,480円				
硬式テニス(初級・中級)	水	16:15～17:30								
ワンバク体操	月	17:45～19:00								
ジュニアバレーボール	月	17:45～19:00	10	30人	小学生	5,450円				
ジュニア卓球	水	17:45～19:00								
ジュニアバドミントン①	水	17:45～19:00	12	30人	小学3～6年生	6,480円				