

平成30年度第2期盛岡市余熱利用健康増進センター自主事業(プール)

コース	募集人数・定員	曜日	時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
スイミングクリニックⅠ	25名	火	10:30～11:30										
アクアエクササイズⅠ	30名		13:30～14:30										
幼児水泳教室	30名		15:00～16:00	8/28	9/4	※9/10	10/2	10/16	10/23	10/30	11/6	※11/12	11/20
小学生(初級)	60名		16:30～17:30										
スイミングクリニックⅡ	10名		19:00～20:00										
成人初心者水泳教室	25名	水	10:30～11:30										
アクアエクササイズⅡ	30名		11:30～12:30										
スイミングクリニックⅢ	25名		13:30～14:30	8/29	9/5	9/12	10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14
幼児水泳教室	30名		15:00～16:00										
小学生(初級)	60名		16:30～17:30										
アクアエクササイズⅢ	30名	木	10:30～11:30										
幼児水泳教室	30名		14:45～15:45										
小学生(初級)	60名		16:00～17:00	8/30	9/6	9/13	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15
小学生チャレンジコース	35名		17:00～18:00										
スイミングクリニックⅣ	10名		19:00～20:00										
アクアウォーキング	30名	金	10:30～11:30										
幼児水泳教室	30名		15:00～16:00										
小学生(初級)	60名		16:30～17:30	8/31	9/7	9/14	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16
アクアエクササイズⅣ	30名		19:00～20:00										
※選べるレッスン	15名	週1回				やさしいピラティス・よくばり健康塾2・はじめて太極拳・身体も心もリフレッシュ・アクアエクササイズⅠ・ストレッチング・アクアエクササイズⅡ・エアロビクス・よくばり健康塾・リラックスお昼ヨガ・シェイプアップボクシング・やさしいピラティス・アクアエクササイズⅣ・ダンスエアロ・太極拳の中から1週間に1つお好きな教室を選んでください。							

※幼児教室は平成30年度中に4歳～6歳になりオムツがはずれてる幼児が対象になります。

※各教室、申込希望者が5名未満の場合は中止となる場合がございます。ご了承ください。

※第2火曜日に開催の教室はゆびあす休館日の為、前日の月曜日行います。

※木曜日の幼児コース・小学生コースは他の曜日と時間が異なります。

会 場 盛岡市余熱利用健康増進センター(ゆびあす)

申 込 方 法 平成30年8月19日(日)午前10時から電話のみで先着順に受付
Tel 019-662-1414

受 講 料 幼児・一般教室 8,000円 小学生教室 7,000円

受 付 期 間 平成30年8月19日(日)～8月26日(日)

支 払 締 切 平成30年8月26日(日)

- 申込注意
- ① 電話では希望教室、名前、連絡先(電話番号)をお伝えください。
 - ② 窓口で受付は行いません。
 - ③ FAXでは受付は行いません
 - ④ 1回の申込で1家族3人までの申込を受付けます。4人目以降はお断りをします。
 - ⑤ 幼児・小学生以外の教室は18歳以上男女(高校生は除く)となります。
 - ⑥ 一般教室に限り途中参加の別料金を設定いたしております。詳細はゆびあす受付にお聞きください。

そ の 他 本紙裏の、受講上の諸注意を熟知のうえご参加ください。