

令和4年度第1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	※4/11	4/19	※5/9	5/17	5/24	5/31	6/7	※6/13	6/21	6/28
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										
小学生(初級)	65名		16:30～17:30										
成人初心者水泳教室	25名	水	10:30～11:30	4/13	4/20	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	6/29
スイミングクリニックⅡ	25名		13:30～14:30										
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Ⅱ	30名	木	10:30～11:30	4/14	4/21	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30
幼児水泳教室	30名		14:45～15:45										
小学生(初級)	65名		16:00～17:00										
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Ⅲ	10名		19:00～20:00										
アクアウォーキング	30名	金	10:30～11:30	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1
幼児水泳教室	30名		15:00～16:00										
小学生(初級)	65名		16:30～17:30										
※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・メディカルプランナーによるキラキラ体操・香る朝ヨガ・エアロビクス・よくばり健康塾・ココロとカラダととのうヨガ・シェイプアップボクシング・やさしいピラティス・ダンスエアロ・ZUMBA(ズンバ)の中から1週間に1つ好きな教室を選んでください。									

※幼児教室は令和3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 令和4年3月20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 令和4年3月20日(日)～3月27日(日)

支 払 締 切 令和4年3月27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 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。
- ⑤ 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。