

水元総合スポ体育館子供コース

水元総合スポーツセンター体育館 温水プールコース TEL:3609-8182

※別途教材として指定キャップ(税込600円)と進級ブック(税込1,000円)の購入が必要です。

また、開催館のみでの入金受付となります。

No.	曜	コース名	対象	時間	空状況	料金税込	日程
73	木	<b>キッズスイミング 幼児</b> 子供の健全な成長に有効な水泳のレッスンです。 水慣れ～ノーブルクロール(24～13級)	満3才から 未就学の幼児	15:30 ～16:30	満員	10,230円 /11回	10月14・21・28日 11月4・11・18・25日 12月2・9・16・23日
74		<b>キッズ・ジュニアスイミング</b> 子供の健全な成長に有効な水泳のレッスンです。 水慣れ～背泳ぎ(24～7級)	年長～ 小学2年	16:30 ～17:30	満員	10,230円 /11回	
75		<b>ジュニアスイミング 小学生</b> 初心者から楽しめる4泳法習得レッスンです。 水に慣れるところから丁寧に指導します。 板キック以上(15級以上)	小学 1年生以上	17:30 ～18:30	満員	10,230円 /11回	
76	土	<b>キッズスイミング 幼児</b> 子供の健全な成長に有効な水泳のレッスンです。 水慣れ～ノーブルクロール(24～13級)	満3才から 未就学の幼児	13:00 ～14:00	満員	8,370円 /9回	10月9・16・30日 11月6・13・20日 12月4・11・18日
77		<b>キッズ・ジュニアスイミング</b> 子供の健全な成長に有効な水泳のレッスンです。 水慣れ～背泳ぎ(24～7級)	年長～ 小学2年	14:00 ～15:00	満員	8,370円 /9回	
78		<b>ジュニアスイミング 小学生</b> 初心者から楽しめる4泳法習得レッスンです。 水に慣れるところから丁寧に指導します。 板キック以上(15級以上)	小学 1年生以上	15:00 ～16:00	満員	8,370円 /9回	

水元総合スポーツセンター体育館 フィットネススタジオ等コース TEL:3609-8182

会場 ★:会議室 その他:フィットネススタジオ

No.	曜	コース名	対象	時間	空状況	料金税込	日程
79	火	<b>わんぱく親子 体操名人</b> 遊びの中で簡単なルールも交え、走る、歩く、 バランス、順番待ちなどを学びながら、ママは ボディケア+ストレッチ・エクササイズを行います。	2才から 未就学の幼児	11:00 ～12:00	満員	8,300円 /10回	10月12・19・26日 11月2・9・16・30日 12月7・14・21日
80		<b>赤ちゃん親子 ママビューティー</b> 赤ちゃんは月齢に合ったバランスや身体認知、 社会性を育む遊びやマッサージを行い、 ママは産後のボディケアに必要な運動を行います。	1. 5ヶ月～ 11ヶ月	12:15 ～13:15	空き あり	8,300円 /10回	
81	水	<b>★よちよち親子フィットリミック</b> お子様は音楽に合わせて自由に体を動かし、 表現力・反応力を身に付けます。 ママはストレッチ・有酸素運動とボディメイク。	1才～2才	11:00 ～12:00	空き あり	5,810円 /7回	10月20・27日 11月17・24日 12月1・15・22日
82	土	<b>わんぱく家族 体操名人</b> 親と子が触れ合いながら体操・リミック・ バランスなどの運動を行います。 お子様の巧緻性が身に付けられます。	3才～6才	9:45 ～10:45	満員	9,130円 /11回	10月9・16・23・30日 11月6・13・20・27日 12月4・11・18日
83		<b>フィットリミック 元気ファミリー</b> お子様の歩行の意欲促進、バランス、まねっこ、 言葉の刺激などを行いながら、親は均整のとれた 身体づくりを行います。	1才～ 3才6ヶ月	11:00 ～12:00	満員	9,130円 /11回	

※感染情報や社会情勢に応じて開催内容を変更することがあります。

※都合により開催日程や会場、担当インストラクター等変更になることがあります。

※親子コースは親1人に子1人での参加となります。

※妊娠中の方は参加できません。開始後に判明した場合でも、参加費の返金はありません。

※料金には消費税10%を含んでおります。

※空き状況は最新の状態でない場合がございます。詳細は開催館までお問い合わせください。