

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
No.	曜	コース名	担当	対象	時間	現況	料金	日程
117	水	ジュニアスイミング(上級) 4泳法をより速く・高度に泳げるようになるための 上級者向け水泳レッスンです。 ※保護者の送迎が必要。		クロール背泳ぎ 25m完泳できる 小中学生	19:00 ～21:00	満員	7,398円 /9回	10月4・18・25日 11月1・15・22・29日 12月6・20日
118	木	キッズスイミング 子供の健全な成長に有効な水泳のレッスンです。		4才から 未就学の幼児	15:00 ～16:30	満員	9,042円 /11回	10月5・12・19・26日 11月2・9・16・30日 12月7・14・21日
119		ジュニアスイミング 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。		小学生	16:30 ～18:30	満員	9,042円 /11回	
120	土	キッズスイミングA 子供の健全な成長に有効な水泳のレッスンです。		4才から 未就学の幼児	9:30 ～11:00	満員	7,398円 /9回	10月7・14・21日 11月4・11・18日 12月2・9・16日
121		キッズスイミングB 子供の健全な成長に有効な水泳のレッスンです。		4才から 未就学の幼児	11:00 ～12:30	満員	7,398円 /9回	
122		キッズスイミングC 子供の健全な成長に有効な水泳のレッスンです。		4才から 未就学の幼児	12:30 ～14:00	満員	7,398円 /9回	
123		ジュニアスイミング 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。		小学生	14:00 ～16:00	満員	7,398円 /9回	

※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返金はありません。

※親子コースは親1人に子供1人での参加となります。

※開催日程ならびに会場は都合により変更することがあります。

※空き状況は最新の状態でない場合があります。詳細は各館まで直接お問い合わせください。

※今回からスイミング(水泳)コースは進級制導入につき、別途進級ブックの購入が必要です。

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コース								TEL:3609-8182
No.	曜	コース名	担当	対象	時間	現況	料金	日程
124	月	キッズビートダンスMIX 幼児期に必要な様々な動作を習得するため、バレエ基礎・エアロビック・ヒップホップを基礎から学んでいきます。	OKJ 森	3才から 未就学の幼児	16:15 ～17:15	空き あり	7,920円 /11回	10月2・16・23・30日 11月6・13・20・27日 12月4・11・18日
125	火	わんぱく親子 体操名人 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。	OKJ 高石	2才から 未就学の幼児	11:00 ～12:00	空き あり	8,640円 /12回	10月3・10・17・24・31日 11月7・14・21・28日 12月5・12・19日
126		赤ちゃん親子 ママビューティー 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。	OKJ 高石	1. 5ヶ月～ 11ヶ月	12:15 ～13:15	空き あり	8,640円 /12回	
127		キッズダンス 音楽に合わせて楽しく踊ります。基礎から学び、協調性なども身に付きます。	MWM 酒井	4才から 未就学の幼児	16:15 ～17:15	空き あり	8,640円 /12回	
128		ジュニアダンス 音楽に合わせて楽しく踊ります。基礎から学び、協調性なども身に付きます。	MWM 酒井	小学生	17:30 ～18:30	残り 僅か	8,640円 /12回	
129		リトルバレエ バレエを踊るための基礎となる身体表現やリズム感を育てます。音楽に合わせて踊る楽しさを感じましょう。	Kaname	4才から 未就学の幼児	16:30 ～17:30	空き あり	6,480円 /9回	
130	水	KIDSバレエ バレエに必要な柔軟性、音楽性、感性を育てます。バレエの基礎を身体で覚え、リズムに合わせて踊る練習をします。※帰りは保護者の迎えが必要。	Kaname	小学生	17:45 ～18:45	空き あり	6,480円 /9回	10月4・18・25日 11月1・15・22・29日 12月6・20日
131	木	リトルチア 女の子の憧れ、チアダンスの基礎を覚えます。ポンポンを振りながら元気に、楽しく踊りましょう。	佐藤	4才から 未就学の幼児	16:15 ～17:15	空き あり	7,920円 /11回	10月5・12・19・26日 11月2・9・16・30日 12月7・14・21日
132		KIDSチア 女の子の憧れ、チアダンスの基礎を覚えます。ポンポンを振りながら元気に、楽しく踊りましょう。	佐藤	小学生	17:30 ～18:30	空き あり	7,920円 /11回	
133	金	リトルヒップホップダンス 音楽に合わせて楽しく踊りながら、リズム感や巧緻性を身に付けられます。	坂井	4才から 未就学の幼児	16:15 ～17:15	空き あり	7,920円 /11回	10月6・13・20・27日 11月10・17・24日 12月1・8・15・22日
134		キッズヒップホップダンス 音楽に合わせて楽しく踊りながら、リズム感や巧緻性を身に付けられます。	坂井	小学生	17:30 ～18:30	空き あり	7,920円 /11回	
135	土	わんぱく家族 体操名人 親と子が触れ合いながら体操・リトミック・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。	OKJ 椿	3才～6才	9:45 ～10:45	満員	7,920円 /11回	10月7・14・21・28日 11月4・11・18・25日 12月2・9・16日
136		よちよち家族フィットリトミック 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。	OKJ 椿	1才～ 2才11ヶ月	11:00 ～12:00	空き あり	7,920円 /11回	
137		キッズアイドルダンス 躍動的な音楽に合わせて楽しく踊りながらリズム感や巧緻性を身に付けられます。	坂井	4才から 未就学の幼児	13:30 ～14:30	残り 僅か	7,920円 /11回	10月7・21・28日 11月4・11・18・25日 12月2・9・16・23日
138		ジュニアアイドルダンス 躍動的な音楽に合わせて楽しく踊りながらリズム感や巧緻性を身に付けられます。	坂井	小学1～3年生	14:45 ～15:45	空き あり	7,920円 /11回	
139		ジュニアストリートダンス 躍動的な音楽に合わせて楽しく踊りながらリズム感や巧緻性を身に付けられます。	坂井	小学生	16:00 ～17:00	満員	7,920円 /11回	

※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返金はありません。

※親子コースは親1人に子供1人での参加となります。

※開催日程ならびに会場は都合により変更することがあります。

※空き状況は最新の状態でない場合があります。詳細は各館まで直接お問い合わせください。

※今回からスイミング(水泳)コースは進級制導入につき、別途進級ブックの購入が必要です。