

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
124	水	ジュニアスイミング(上級) 小中学生 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。※要送迎 ※タイム級T6～T1級のお子様対象。		小中学生 ※個人メドレー 100m泳げる方	19:00 ～21:00	空き あり	6,576円 /8回	1月16・23・30日 2月6・20・27日 3月6・20日
125	木	キッズスイミング 幼児 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	7,398円 /9回	1月10・17・24・31日
126		ジュニアスイミング 小学生 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 ※24級～1級 のお子様	16:30 ～18:30	空き あり	7,398円 /9回	2月7・21・28日 3月7・14日
127	土	キッズスイミングA 幼児 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	6,576円 /8回	1月5・19日 2月2・9日 3月2・9・16・30日
128		キッズスイミングB 幼児 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	6,576円 /8回	
129		キッズスイミングC 幼児 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	6,576円 /8回	
130		ジュニアスイミングA 水慣れ～背泳ぎ 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 ～15:45	空き あり	6,576円 /8回	
131		ジュニアスイミングB 背泳ぎ～タイム級 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	15:30 ～17:15	空き あり	6,576円 /8回	

※水泳コースにつきましては進級制度導入につき、別途指定教材(1,600円)の購入が必要です。

※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。

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
132	月	キッズアイドルダンス 幼児 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	16:15 ～17:15	空き あり	6,480円 /9回	1月7・21・28日 2月4・18・25日 3月4・11・18日
133		ジュニアヒップホップダンス 小中学生 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	小中学生	17:30 ～18:30	空き あり	6,480円 /9回	
134	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	残り 僅か	7,920円 /11回	1月8・15・22・29日 2月5・12・19・26日 3月5・12・19日
135		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	7,920円 /11回	
136		キッズダンス 幼児 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 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	
137		ジュニアダンス 小学生 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 古谷	小学生	17:30 ～18:30	空き あり	7,920円 /11回	
138		キッズバレエ 幼児 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	
139	水	ジュニアバレエ 小学生 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。※要送迎	Kaname	小学生	17:45 ～18:45	空き あり	6,480円 /9回	1月16・23・30日 2月6・20・27日 3月6・20・27日
140	金	キッズチア 幼児 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。	MWM 菊地	4才から 未就学の幼児	16:15 ～17:15	空き あり	7,920円 /11回	1月11・18・25日 2月1・8・15・22日 3月1・8・15・22日
141		ジュニアチア 小学生 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。	MWM 菊地	小学生	17:30 ～18:30	空き あり	7,920円 /11回	
142	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	1月12・19・26日 2月2・9・16・23日 3月2・9・16・23日
143		フィットリトミック 元気ファミリー 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	
144		キッズアイドルダンス 幼児 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	満員	7,920円 /11回	
145		ジュニアアイドルダンス 小中学生 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	小中学生	14:45 ～15:45	残り 僅か	7,920円 /11回	
146		ジュニアストリートダンス 小中学生 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	小中学生	16:00 ～17:00	残り 僅か	7,920円 /11回	

※水泳コースにつきましては進級制度導入につき、別途指定教材(1,600円)の購入が必要です。

※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。