令和4年度第3期

水元総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と進級ブック(計:税込1,610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
109	木	**キッズスイミング** 初心者から楽しめる水泳レッスンです。 水に慣れるところから丁寧に指導します。 水慣れ～ノーブレクロール(24～13級)	満3才から 未就学の幼児	15:30 ～16:30	満員	12,100円 /10回	10月13・20・27日 11月10・17・24日 12月1・8・15・22日
110		**キッズ・ジュニアスイミング** 初心者から楽しめる水泳レッスンです。 水に慣れるところから丁寧に指導します。 水慣れ～背泳ぎ(24～7級)	年長～ 小学2年	16:30 ～17:30	満員	12,100円 /10回	
111		**ジュニアスイミング** 子供の健全な成長に有効な水泳のレッスンです。 高度な泳法の技術も身に付けられます。 板キック以上(15級以上)	小学生	17:30 ～18:30	満員	12,100円 /10回	
112	土	**キッズスイミング** 初心者から楽しめる水泳レッスンです。 水に慣れるところから丁寧に指導します。 水慣れ～ノーブレクロール(24～13級)	満3才から 未就学の幼児	13:00 ～14:00	満員	10,890円 /**9回**	10月8・15・29日 11月5・12・※19日 12月3・10・17日 ※11月19日のみ 各コース1時間 繰下げて開始
113		**キッズ・ジュニアスイミング** 初心者から楽しめる水泳レッスンです。 水に慣れるところから丁寧に指導します。 水慣れ～背泳ぎ(24～7級)	年長～ 小学2年	14:00 ～15:00	満員	10,890円 /**9回**	
114		**ジュニアスイミング** 子供の健全な成長に有効な水泳のレッスンです。 高度な泳法の技術も身に付けられます。 板キック以上(15級以上)	小学生	15:00 ～16:00	満員	10,890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コース

TEL:3609-8182

No.	曜	コース名	対象	時間	空状況	料金税込	日程
115	月	**キッズダンスHIPHOP** 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。	4才から 未就学の幼児	16:15 ～17:15	残り僅か	12,100円 /11回	10月3・17・24・31日 11月7・14・21・28日 12月5・12・19日
116		**ジュニアダンスHIPHOP** 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。	小学生	17:30 ～18:30	残り僅か	12,100円 /11回	
117	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。	2才から 未就学の幼児	11:00 ～12:00	空き あり	13,200円 /12回	10月4・11・18・25日 11月1・8・15・22・29日 12月6・13・20日
118		**よちよち親子 フィットリトミック** 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	12:15 ～13:15	空き あり	13,200円 /12回	
119	土	**わんぱく家族 体操名人A** 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。	3才～6才	9:45 ～10:45	満員	11,000円 /10回	10月1・15・22・29日 11月5・19・26日 12月3・17・24日
120		**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。	1才～ 3才6ヶ月	11:00 ～12:00	空き あり	11,000円 /10回	
121		**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。	3才～6才	13:00 ～14:00	空き あり	11,000円 /10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。
※親子コースは親1人に子1人での参加となります。
※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。
※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。
※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。