

中央体育館プール

教室の体験が

参加費
1回
600円



できます！

水泳教室の体験をしてみませんか？
運動不足が気になる方、
教室に通いたいが続けられるか心配な方…
体験だから自分のペースで運動できます！

水中ウォーキング PM(金)13:10~13:55

ウォーキングを中心とした教室です。プールで運動をはじめたい方にもおすすめです。

6/4・6/11・6/18・6/25
7/2・7/9 (定員各回5人)

いきいきアクアビクス AM(水)10:10~11:00

水中運動やダンス・トレーニングを音楽に合わせて楽しく行います。

6/2・6/16・6/23・6/30
7/7・7/14 (定員各回5人)

親子水あそび PM(火)13:10~14:20

子供の水あそびを中心に楽しみながら水慣れを行います。親子で楽しく運動しましょう！

(2017/4/2~2019/4/1 生まれの方とその保護者対象)

6/1・6/15・6/22・6/29
7/6・7/13 (定員各回5組)

参加費

1回600円

親子水遊び一組600円(2子目300円)

各教室30分前より、
中央体育館1Fロビーにて受付開始します。

【持ち物】

- 水着・水泳帽・ロッカー代20円
- ゴーグル(必要な方)
- タオル
※必ず袋に入れてお持ちください
- マスク
※来館時は必ず着用してください

☆定員になり次第締切させていただきます。

☆体調の悪い方は参加をお控えください。

☆教室開始時刻2時間前から静岡市南部に大雨・洪水・暴風警報が1つでも発表された場合、教室は中止とさせていただきます。

※警報の発表状況については当施設で確認できます。



問合せ：中央体育館 TEL 054-255-1010

