

第2期 水泳教室一般初級・中級の開催日

5月							6月						
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
27	28	29	30	1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31	29	30	1	2	3	4	5

教室名	時間帯	募集数	受講料 全てのコースプール利用料別途
一般初級 ※クロール	金曜 10:00～10:55	募集無	3,180円/6回
一般中級 ※背泳・平泳・バタフライ	金曜 11:00～11:55	募集無	

申込方法・・・毎期ごとの申込みが原則です。途中入会も出来ますが、料金は変わりません。

- ・一般初級コース・・・クロールで25mをきれいにゆっくり泳ぐことを目標とします。
- ・一般中級コース・・・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの基礎を覚え、各泳法25m泳ぐことが目標です。クロールで25m泳げる方に限ります。

らくらくシェイプコースの開催日

5月							6月						
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
27	28	29	30	1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31	29	30	1	2	3	4	4

教室名	時間帯	募集数	受講料 全てのコースプール利用料別途
らくらく水中シェイプコース ※初心者でも安心の水中運動コース	水曜 10:00～10:40	30名	1,260円/4回
	木曜 14:00～14:40		

申込方法・・・随時受付しています。カードを発行しますので受講時に必ずお持ちください。有効期限は3ヶ月です。

【平日】
プール営業時間 10:00～18:15
プール受付時間 10:00～12:30 13:30～18:00
【土日祝】
プール営業時間 9:00～18:15
プール受付時間 9:00～12:30 13:30～18:00

秋田県中央地区老人福祉総合エリア

〒010-1412 秋田市御所野下堤5丁目1-1

TEL:018-829-2151(代)