

せいこドームからのお知らせ

□レッスン参加者募集!

●大人プールプログラム 2,000円/1か月(入館料は別途お支払いください)

※1か月2,000円でお好きなプログラムをいくつでも受講できる「フリープログラム」です。

火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
大人水泳教室(初中級) 宮田 10時30分~11時30分		大人水泳教室(初中級) 松田 10時30分~11時30分	ウォーキングアクア 石井 10時30分~11時30分	子どもスイミング(3~5歳) 松田/宮田 10時15分~11時5分	
ウォーキングアクア 石井 11時30分~12時30分				子どもスイミング(小学生) 松田 11時10分~12時10分	
	サーキットα 石井 12時30分~13時30分	サーキット 松田 12時30分~13時		サーキット 松田 12時~12時30分	
		ユニバーサル ヨガ 松田 13時10分~13時40分	基本のバタフライ 松田 13時30分~14時30分	大人水泳教室 初級/石井・中上級/宮田 13時~14時	基本のクロール/背泳ぎ 松田 13時~14時
大人水泳教室 初級/松田・中上級/石井 13時30分~14時30分	ふいん・フィン・FIN 松田 14時~14時30分				
子どもスイミング(3~5歳) 松田/宮田 15時15分~16時5分			子どもスイミング(3~5歳) 松田/宮田 15時15分~16時5分		サーキット 松田 15時~15時30分
子どもスイミング(小学生) 松田/宮田/石井 16時15分~17時15分	子どもスイミング(小学生) 宮田/石井 16時15分~17時15分	子どもスイミング(小学生) 宮田/松田 16時15分~17時15分	子どもスイミング(小学生) 松田/宮田/石井 16時15分~17時15分		プールレッスン フロアレッスン
大人水泳教室(中上級) 松田 19時~19時45分		サーキット 松田 19時~19時30分	大人水泳教室(中上級) 松田 19時15分~20時15分		
大人水泳教室(初級) 松田 19時45分~20時15分		水中ウォーキング+おまけ 松田 19時45分~20時30分			

高齢者・初めての方でも安全にご参加できます。
マークがないものに関してはクラス内容詳細をご覧ください。
レベルによりご参加いただけないものがありますのでご注意ください。

□子どもスイミング(~12月末まで)

子どもスイミング	時間	対象	定員	町内	町外
幼児(月4回)	(平日) 15時15分~16時5分 (土) 10時10分~11時	年少~年長	30名	2,500円 /月額	2,700円 /月額
小学生(月4回)	(平日) 16時15分~17時15分 (土) 11時10分~12時10分	小1~小6	30名	3,000円 /月額	3,300円 /月額

大人フロアレッスン	料金	定員
ユニバーサルヨガ	300円/1回	10名
サーキット+α	500円/1回	8名
サーキット	300円/1回	8名

□申込み方法 指定の申込書に受講料を添えて、スポーツセンター窓口でお申込みください。

※つり銭がないようにご用意をお願いします。