



平成29年度のスポーツ教室が決定いたしました！！(但し、予定は変更になる場合がございます)

教室に関するお問い合わせは、西プール管理事務所にお尋ね下さい。

■平成29年度スポーツ教室参加者募集案内(3月～4月募集分) ※青…プール教室 白…フロア教室

教室名	期 間	曜 回	時 間	対 象	定員	参加料	募集(必着)
フィットネスボクシング1	4/3～7/24 ※7/17を除く	月 16	19:30～20:30	18歳以上	18人	11,200	3/1～3/15
ヨガ教室1①	4/12～7/12 ※4/26,5/3,5/24, 6/28を除く	水 10	13:30～14:30	18歳以上	15人	7,000	3/1～3/15
ヨガ教室1②	4/12～7/12 ※4/26,5/3,5/24, 6/28を除く	水 10	14:45～15:45	18歳以上	15人	7,000	3/1～3/15
ZUMBA1	4/12～7/12 ※4/26,5/3,5/24, 6/28を除く	水 10	19:30～20:30	18歳以上	18人	7,000	3/1～3/15
大人スイムクリニック (初級)Ⅰ	4/17～6/19	月 10	13:30～15:00	18歳以上	14人	6,500	3/15～3/31
ピラティス教室1①	4/20～7/13 ※5/4を除く	木 12	13:15～14:15	18歳以上	15人	8,400	3/15～3/31
ピラティス教室1②	4/20～7/13 ※5/4を除く	木 12	14:30～15:30	18歳以上	15人	8,400	3/15～3/31
幼児水慣れ教室1	4/21～6/30 ※5/5を除く	金 10	15:30～16:30	年中・年長の幼児 (4～6歳)	10人	5,500	3/15～3/31
親子スキンシップヨガ1	5/11～6/29	木 8	10:00～11:00	1～3歳の幼児と その保護者	15組	5,600	4/1～4/15
アクアシェイプ1	5/12～6/16	金 6	9:30～10:30	40歳以上	18人	3,900	4/1～4/15
初めての キッズスイミング①	5/27～6/25 ※6/10,11を除く	土 8 日	9:30～11:00	クロール25m泳 げない小学生	30人	4,400	4/15～4/30
初めての キッズスイミング②	5/27～6/25 ※6/10,11を除く	土 8 日	11:00～12:30	クロール25m泳 げない小学生	30人	4,400	4/15～4/30
メンズトレーニング 教室1	5/27～7/29 ※6/10,7/22を除く	土 8	19:30～20:30	18歳以上の男性	12人	4,800	4/15～4/30



往復はがきに、教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・学年(小学生のみ)・電話番号を記入の上郵送、
又は、返信用官製ハガキ1枚を持参し、西プール事務所にて申込下さい。



■3・4月大会スケジュール

月日	曜	大会名	専用状況	一般開放予定
3月5日	日	第23回九州学生短水路公認記録会	全館	午後5時～開放予定 (サブプール・幼児プールは終日開放なし)
4月2日	日	第4回トライアスロンセミナー	メインプール 水深3.3m 全面 9:00～13:00	午後1時～開放予定 ※使用プール以外は終日一般開放
4月9日	日	第39回春季福岡ジュニア記録認定水泳大会	全館・終日	一般開放なし
4月29日	祝土	第125回福岡県SC水泳大会	全館・終日	一般開放なし

～平成29年度レッスンスケジュール案内～

日頃から当プールのレッスンにご参加いただきありがとうございます。4月からのレッスンは下記のとおり実施いたします。

種目	内容	曜日	時間	受付	参加料	定員	お休み
ワンポイント水泳(初級)	クロール25M完泳を目指します	土	16:00～17:00	当日受付 15:30～15:55	利用券 購入	15	祝日、7・8月、 大会日、 水抜き期間 年末年始
ワンポイント水泳(中級)	4泳法の習得とレベルアップを目指します。	土	17:00～18:00	当日受付 16:30～16:55	利用券 購入	15	
アクアウォーク &エクササイズ	水中歩行、水中での筋力トレーニングやレクリエーションを行います	水	10:00～11:00	当日受付 ※当日9:45～ 参加料支払い	1回 400円	20	祝日、大会日 水抜き期間 夏休み、年末年始
フロアストレッチ &エクササイズ	ストレッチと簡単な筋力トレーニングを行います	月	10:00～11:00	当日受付 ※(月)9:45～ (土)13:15～ 参加料支払い	1回 400円	18	祝日、大会日 年末年始
		土	13:30～14:30		1回 400円	18	

アクア・フロア参加方法

- ①当日、管理事務所前にて申込み用紙に記入してください。(開始15分前～)
- ②申込み用紙記入後、参加料を徴収いたします。
- ③開始時間までに会場に集まってください。

ワンポ水泳参加方法

- ①受付時間内に管理事務所窓口にて申込み用紙に記入してください。
- ②券売機にて利用券を購入して下さい。
- ③開始時間までにプールサイドに集まってください。

※初級・中級の連続受講はできません。

サブプール営業再開

サブプール利用休止期間中は、ご利用者の皆様にはご不便おかけいたしました。

3月6日(月)より営業を再開いたします。皆様のご利用をおまちしております。

総合西市民プールスタッフ一同

