



6月のカレンダー

1	日	映像レッスン・リフレッシュ体操休講日
2	月	休館日
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	映像レッスン
8	日	映像レッスン
9	月	休館日
10	火	夏休み子ども短期教室受付開始
11	水	
12	木	
13	金	
14	土	映像レッスン
15	日	映像レッスン・教室未継続申込み期限 リフレッシュ体操休講日
16	月	休館日
17	火	教室新規申込み・クラス変更開始 子ども水泳土曜11:00～新設教室受付開始
18	水	
19	木	
20	金	
21	土	映像レッスン
22	日	映像レッスン
23	月	休館日
24	火	
25	水	
26	木	
27	金	
28	土	映像レッスン
29	日	映像レッスン・リフレッシュ体操休講日
30	月	休館日

大阪市立東淀川屋内プール
休館日 月曜日 祝日の場合は翌日がお休み

夏の短期子ども水泳教室

対象: 3歳～中学生
定員: 各コース40名
内容: 水慣れから4泳法
受付開始日: 6月10日(火)9:00
※電話申し込み不可、直接受付でお申込みください

日程		クラス	時間	料金
Ⅰ期	7/23(水)～7/25(金)	A	9:15～10:15	4,890円(税込)
		B	13:15～14:15	
Ⅱ期	7/29(火)～8/1(金)	A	9:15～10:15	6,510円(税込)
		B	13:15～14:15	
Ⅲ期	8/5(火)～8/8(金)	A	9:15～10:15	6,510円(税込)
		B	13:15～14:15	
Ⅳ期	8/19(火)～8/22(金)	A	9:15～10:15	6,510円(税込)
		B	13:15～14:15	

プロから教わる安心感 自分のペースでできるって最高！ プライベートレッスン(ジム)

あなたに最適なトレーニング方法をご案内しサポートいたします。

■プライベートレッスンの流れ

最適なプランをご提案
あなたのご希望やご相談をお聞きし、知識と経験が豊富なスタッフが最適なプランを作成いたします。

マシンの使い方講習
トレーニングマシンの正しい使い方や適切な方法などを丁寧にレクチャーしますので、ジム未経験の方でも安心ください。

トレーニングをサポート
トレーニングは正しい姿勢や適切な重りで行うのがとても重要です。スタッフが丁寧に、あなたのトレーニングをサポートいたします。

トレーニング成果の確認
トレーニングの結果を定期的に振り返ります。達成できた点やもう少し努力をする点など、今後の計画を立てていきます。

料金 1回 50分 2,750円(税込)
受付 対象者: 2階トレーニングルーム利用者
※事前予約制、2階受付にてお申込みください。
※1階受付にてチケットをご購入ください。
～ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せください～

☎ 06-6325-5077

電話受付時間 9:00～21:00



公式ホームページはこちら