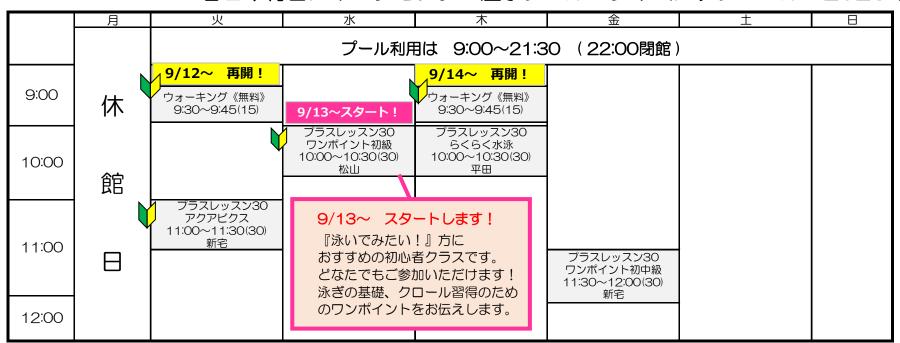
温水プール レッスンのご案内

春日市総合スポーツセンター温水プール タイムスケジュール 2023年9月~



★レツスン料金★

無料レツスン施設利用料のみで参加可能

プラスレッスン30 施設利用料+300円(税込)



初めての方も安心してご参加ください。

◆教室の日程や担当講師は、都合により急遽変更する場合がございます。予めご了承ください。

成人プログラムのご案内

◆有料◆

レッスン	曜日	時間	対象	難易度	内容				
★プラスレッスン30 30分クラス 施設利用料+300円でご利用いただけます。									
アクアビクス	火	11:00~11:30	すべての方	*	健康づくり、運動不足を解消したい方向けのクラスです。				
ワンポイント初級	水	10:00~10:30	すべての方、初心者	*	水泳を始めてみたい方向けの基礎クラスです。クロール習得を目指した練習をします。				
らくらく水泳	木	10:00~10:30	すべての方	*~	クロール、背泳ぎ、平泳ぎの基礎を練習する初級クラスです。				
ワンポイント初中級	金	11:30~12:00	25M泳げる方	*~**	クロール25M泳げるようになった方向けのワンポイントレッスンクラスです。				

★無料	無料 15分クラス 施設利用料のみでご利用いただけます。											
ウォーキング		火・木	9:30~9:45	すべての方	*	水中ウォーキングを一緒に楽しみましょう。						

- ・有料プログラムは定員制です。フロントで参加希望クラスの整理券をお取りください。
- ・有料プログラムを受講の際はチケットをご購入の上、整理券を担当インストラクターへお渡しください。
- ・有料プログラムへの途中参加はご遠慮いただいております。お時間を確認の上、ご参加ください。