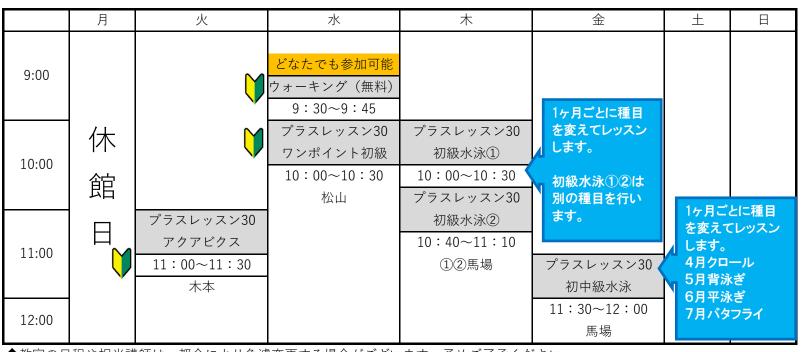
春日市総合スポーツセンター温水プール タイムスケジュール 2025年4月~



【レッスン料金】 無料レッスン 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 (税込み)



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。

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	▼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	どなたでも	*	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	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。			
初級水泳①	木	10:30~11:00	少し水泳に慣れた方~	★~	4月クロール、5月平泳ぎ、6月背泳ぎのレッスンを行います。			
初級水泳②	木	11:10~11:40	少し水泳に慣れた方~	★~	4月背泳ぎ、5月クロール、6月平泳ぎのレッスンを行います。			
初中級水泳②	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レッスンを行います。			

★無料 15分クラス 施設利用料のみでご利用いただけます。									
Ī	ウォーキング	水	9:30~9:45	どなたでも	*	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。