

★守山スポ定期教室★ 追加募集★

受付は、先着順です。
守山スポーツセンター受付まで



おやこでプール

【期間】 5/8~7/11 (毎週木曜日)
【時間】 10:15~11:00
【対象】 満2歳~未就園児とその保護者
【料金】 ¥6,000
【内容】 水の中で親子のふれあいと対話を通じ
水に慣れ親しむことを目的とした教室です。

ジュニアスイミングB1

【期間】 5/13~7/15 (毎週火曜日)
【時間】 18:00~19:00
【対象】 小・中学生
【料金】 ¥6,000
【内容】 ジュニアAの教室からさらに上手
になりたい・25m以上泳ぎたい・クロール
以外の泳ぎを練習するクラスです☆

ジュニアスイミングB2

【期間】 5/8~7/17 (毎週木曜日)
【時間】 19:00~20:00
【対象】 小・中学生
【料金】 ¥6,000
【内容】 ジュニアAの教室からさらに上手
になりたい・25m以上泳ぎたい・クロール
以外の泳ぎを練習するクラスです☆

めざせ25m!!

【期間】 5/8~7/17 (毎週木曜日)
【時間】 12:00~13:00
【対象】 一般
【料金】 ¥6,000
【内容】 最も初歩的な教室です。
水泳の基礎から一緒に25mを
目指していきましょう♪

シニアスイミング1

【期間】 5/13~7/15 (毎週火曜日)
【時間】 14:00~15:00
【対象】 60歳以上
【料金】 ¥6,000
【内容】 身体に負担をかけず無理の無いよう
に水泳の練習をする教室です。

シニアスイミング2

【期間】 5/8~7/17 (毎週木曜日)
【時間】 14:00~15:00
【対象】 60歳以上
【料金】 ¥6,000
【内容】 身体に負担をかけず無理の無いよう
に水泳の練習をする教室です。

一般水泳

【期間】 5/13~7/15 (毎週火曜日)
【時間】 19:00~20:00
【対象】 一般
【料金】 ¥6,000
【内容】 体に負荷をかけずに無理のないよう
に幅広いレベルの練習ができます☆

ボクシングエクササイズ

【期間】 5/13~7/15 (毎週火曜日)
【時間】 19:30~20:30
【対象】 一般
【料金】 ¥5,200
【内容】 ボクシングの基本動作を音楽に
のって楽しくストレス発散♪

チアダンス1

【期間】 5/14~7/16 (毎週水曜日)
【時間】 16:45~17:45 【対象】 小学生
【料金】 ¥5,200
【内容】 音に合わせて楽しくダンス♪
チアリーディングの基礎から練習
します。

チアダンス2

【期間】 5/14~7/16 (毎週水曜日)
【時間】 17:45~18:45 【対象】 小学生
【料金】 ¥5,200
【内容】 音に合わせて楽しくダンス♪
チアリーディングの基礎から練習
します。
★高学年のお子さま向けです。

ビーチボールバレー

【期間】 5/8~7/17 (毎週木曜日)
【時間】 19:00~20:30 【対象】 一般
【料金】 ¥5,200
【内容】 海やプールなどでおなじみの
ビーチボールを使った、
バドミントンコートで行う

HIIT

【期間】 5/8~7/10 (毎週木曜日)
【時間】 19:30~20:30 【対象】 一般
【料金】 ¥5,200
【内容】 短時間で心肺機能の強化・筋力
アップやシェイプアップ効果の
ある高強度の教室です!

フラダンス

【期間】 5/8~7/10 (毎週木曜日)
【時間】 18:00~19:00 【対象】 一般
【料金】 ¥5,200
【内容】 背筋を伸ばして踊るので、姿勢改善にも
効果的です。心癒される音楽に合わせて
リラックスして常に笑顔で踊りましょう!

ZUMBA

【期間】 5/8~7/10 (毎週木曜日)
【時間】 18:00~19:00 【対象】 一般
【料金】 ¥5,200
【内容】 ポップな曲に合わせて楽しく
身体を動かしませんか♪全身
運動で身体を引き締めましょう☆