

高槻市立市民プール 令和4年度秋季体力づくり教室 募集

	教室名	日 程	対象・定員	受講料
プ ル	初心者スイミング (クロール)	10/3~12/14の月・水曜日 10:00~11:00	16歳以上、各20人	5,090円 (全10回) 別途施設利用料必要
	大人教室 (初級・上級)	10/3~12/12の 月曜日19:00~20:00 金曜日12:00~13:00	16歳以上、各20人	
	アクアビクス (水中エアロビクス)	10/3~12/12の 月曜日11:15~12:15 金曜日19:00~20:00	16歳以上、各30人	
	アクアエクササイズ (水中ウォーキングなど)	10/5~12/15の 水曜日13:00~14:00 木曜日11:00~12:00	16歳以上、各30人	
	幼児スイミング (水慣れ~クロール)	10/3~12/15の 月・水・木・金曜日 15:00~16:00	3歳~就学前、各20人	2,540円 (全10回) 別途施設利用料必要
	身体障がい者スイミング (リラクゼーション~4泳法)	10/5~12/14の水曜日 19:00~20:00	16歳以上の身体障がい 者で介助なしで参加 できる人、10人	
	肢体不自由児・者スイミング (個人に応じた練習)	10/8~12/10の土曜日 11:30~12:30	小学生以上の 肢体不自由児・者10人	
	知的障がい児親子スイミング (水慣れ~4泳法)	10/8~12/10の土曜日 14:30~15:30	小・中学生の知的 障がい児と保護者 17組	
	知的障がい者スイミング (水慣れ~4泳法)	10/8~12/10の土曜日 16:00~17:00	16歳以上の 知的障がい者 17人	

	教室名	日 程	対象・定員	受講料
ス タ ジ オ	健康柔軟体操	10/3~12/14の 月曜日11:00~12:00 水曜日11:15~12:15 金曜日11:15~12:15	16歳以上、各18人	2,030円 (全10回) 別途施設利用料必要
	①はじめてエアロ ②かんたんエアロ	10/5~12/15の ①水曜日10:00~11:00 ②木曜日10:00~11:00 ②金曜日19:00~20:00	16歳以上、各15人	
	ヨガ入門	10/5~12/15の 水曜日19:00~20:00 木曜日14:00~15:00 金曜日14:00~15:00	16歳以上、各18人	

申込方法

- ・施設に直接来館される場合は官製はがきで、郵送の場合は往復はがきでご応募ください。
(多数の場合は抽選)
 - 往復はがきの往信面には、「教室名」「曜日」「時間」「住所」「氏名(ふりがな)」「年齢(学年)」「連絡先」を、返信面には「住所」「氏名」をご記入ください。
 - ・はがき1枚につき1人1教室です。複数教室を応募する際は、それぞれにはがきでご応募ください。
 - ・募集期間は、**9/1(木)~9/10(土)**です。※消印有効
- ※高槻市在住・在勤・在学の方が優先です。

【申込先】 〒569-0823 高槻市芝生4-3-11 高槻市立市民プール内 教室担当宛 TEL 072-677-7200