

冬季水泳・水中運動教室の表

教室名	対象	とき	定員	受講料
アクアビクス	音楽に合わせて水中運動をしたい人	1月～3月の木曜日 午前11時～正午 (全10回)	20人 (最小7人で実施)	3,950円
ヘルススイミング	運動不足の中高齢者	1月～3月の水曜日 午後1時30分～2時30分 (全10回)	20人	3,950円
水中ウォーキング	水の浮力を利用して、ウォーキングや水中運動をしたい人	1月～3月の木曜日 午後6時30分～7時30分 (全10回)	20人	3,950円
レッツスイミング	泳ぎを覚えたい人 (基礎、クロール・背泳ぎ・平泳ぎ)	1月～3月の火・木曜日 午後1時30分～2時30分 (全18回)	20人	5,550円
レッツⅡスイミング	きれいに泳ぎたい人(中級～上級、バタフライを含む4種目)	1月～3月の金曜日 午後1時30分～2時30分 (全10回)	30人	3,950円
イルカスイミング(週1回コース)	あまり泳げない小学生(泳力別に分けて指導)	1月～3月 (火曜日コース、水曜日コース、木曜日コース各10回) 午後5時～6時	各30人	1,900円
キッズスイミング	市内在住の幼児(年中・年長児)	1月～3月 (水曜日コース、金曜日コース各8回) 午後4時～4時45分	各20人	1,700円
ドルフィンスイミング	泳力アップを目指す小・中学生	1月～3月の水・金曜日 午後6時～7時30分 (全20回)	20人	2,900円