

市民プール らくあ

～教室のご案内
(5月～2021年3月)～

▶問い合わせ らくあ (☎5588)

水泳教室

※キッズわくわくスイミングおよびジュニア水泳教室については、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、6月以降の実施を予定しています。

◎日時・内容など

募集教室	日時	対象	内容	定員	参加料
キッズわくわくスイミング	毎週火曜日 16時～17時	平成26年4月2日 ～平成28年4月1日 日生まれの幼児	水慣れ・水遊び～クロール・背泳ぎ	40人 (申し込み順)	月額2,500円 ※申し込み時にスポーツ安全保険料800円。
	毎週金曜日 16時～17時				
ジュニア水泳教室	毎週火曜日 17時～18時	平成20年4月2日 ～平成26年4月1日 日生まれの小学生	水慣れ～クロール・背泳ぎ	40人 (申し込み順)	月額3,800円 ※申し込み時にスポーツ安全保険料800円。
	毎週水曜日 17時～18時				
	毎週木曜日 17時～18時				
	毎週土曜日 10時30分～11時30分				

▶**申込期間** キッズわくわくスイミングは5月18日(月)10時、ジュニア水泳教室は5月11日(月)14時から

▶**申し込み** 市民プールに備え付けの申込用紙に記入し、スポーツ安全保険料と一緒に提出

※電話での受け付けは行っていません。

※キッズわくわくスイミングは、トイレに行きたいと言える子どもが対象です。

※ジュニア水泳教室は別途入館料がかかります。

水中運動教室

◎日時・内容

火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
元気アップ教室 10時30分～11時30分	アクアビクス教室 10時30分～11時30分	らくらくシェイプアップ教室 10時30分～11時30分	元気アップ教室 10時30分～11時30分
アクアビクス教室 13時～14時	らくらくシェイプアップ教室 13時～14時	スイム ^{アド} &アクアビクス教室 13時～14時	リハビリ教室 13時～14時15分
水中ウォーキング教室 14時30分～15時30分	—	水中ウォーキング教室 14時30分～15時30分	—
—	スイム ^デ シェイプ教室 19時～20時	アクアビクス教室 19時15分～20時15分	—

受講料助成を助成します

対象 40歳以上で、国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入し、平成30年度または平成31年度に特定健診や健康診査などを受診した方

助成額 1教室につき月額1,000円

申し込み 市民プールで被保険証と特定健診・健康診査の受診結果を提示

※受講料助成についての問い合わせはらくあもしくは国民健康保険グループ、年金・長寿医療グループまで

▶**定員** 各30人 (申し込み順)

▶**参加料** 各教室月額2,800円

▶**申し込み** 市民プールに備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、スポーツ安全保険料1,850円 (65歳以上の方は1,200円) と一緒に提出

※別途入館料がかかります。

ヨガ教室 (初級～中級)

▶**日時** 毎週金曜日19時～20時

▶**定員** 各20人 (申し込み順)

▶**参加料** 月額3,300円

▶**申し込み** 市民プールに備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、スポーツ安全保険料1,850円 (65歳以上の方は1,200円) と一緒に提出

※別途入館料がかかります。

