

# 中央市民プール

～ フールびより～

- 4月号 -



## 今月の装飾



イースター・春をテーマに仕上げました♪館内に装飾しておりますので、見て楽しんでいただくと嬉しいです！

## ちゅ〜お!!チャンネル ご紹介♪

～ 4月15日更新予定～

／ 館内にも掲示予定です！／

## 朝食の重要性について

～ スキマ時間運動～

今月号より、誰でも簡単にできるエクササイズやストレッチを併せてご紹介しております♪積極的に、日常生活に運動を取り入れましょう！



## スポーツ教室のご案内



- 下記教室を開催いたします。初めての方もお気軽にお申込みください！ -

### ① 幼児水慣れ&スイミング教室 (2部制)

【日時】 5月7日(日)～6月25日(日) 毎週日曜日  
(1部) 9:45～10:45 / (2部) 10:45～11:45

【対象】 オムツが完全に外れた未就学児  
(1部) 3～5歳 / (2部) 4～6歳

### ② 夜のピラティス教室

【日時】 5月9日(火)～6月27日(火) 毎週火曜日  
19:15～20:30

【対象】 18歳以上の方 ※ 2階研修室で行います。

### ③ 春の小学生水泳教室 (2部制)

【日時】 5月14日(日)～7月2日(日) 毎週日曜日  
(1部) 9:30～11:00 / (2部) 11:00～12:30

【対象】 クロールが苦手な小学生  
(1部) 1～4年生 / (2部) 4～6年生

### ④ からだスッキリ♪ピラティス教室

【日時】 5月19日(金)～7月7日(金) 毎週金曜日  
10:00～11:15

【対象】 18歳以上の方 ※ 2階研修室で行います。

### ＜ 募集期間 ＞

① ② ③ … 4月1日(土)～14日(金) / ④ … 4月15日(土)～28日(金)

※ 詳細につきましてはホームページに掲載しておりますので、そちらをご確認ください。

## ～ 4月の休館日～

19日(水) 定期点検日

※ 毎週木曜日は休館日のためお休みです。



〒810-0061

福岡市中央区西公園14-30

☎ 092-712-8090

福岡市立中央市民プール  
(NTWスポーツ振興共同運営企業体)

R5.4.1 廣谷 明歩