

# 令和6年度東市民プール スポーツ教室一覧

## 〇大人 (プール)

| No | 教室名       | 開催期間<br>(募集期間)              | 時間                   | 対象                  | 参加料    | 回数 | 定員  |
|----|-----------|-----------------------------|----------------------|---------------------|--------|----|-----|
| 1  | 大人の水泳教室①  | 5/25~6/22<br>(募:5/15~4/9)   | 毎週土曜日<br>10:00~11:30 | クロールが苦手な<br>18歳以上の人 | 4,300円 | 8回 | 12名 |
| 2  | アクアエクササイズ | 8/10~10/10<br>(募:8/1~8/1)   | 毎週火曜日<br>13:30~      | 65歳以上の人             | 4,100円 | 6回 | 10名 |
| 3  | 大人の水泳教室②  | 9/21~11/11<br>(募:8/15~8/31) | 毎週土曜日<br>10:00~11:30 | クロールが苦手な<br>18歳以上の人 | 4,300円 | 8回 | 12名 |
| 4  | 大人の水泳教室③  | 2/1~3/22<br>(募:12/15~12/27) | 毎週土曜日<br>10:00~11:30 | クロールが苦手な<br>18歳以上の人 | 4,300円 | 8回 | 12名 |

## 〇大人 (フロア)

| No | 教室名         | 開催期間<br>(募集期間)               | 時間                   | 対象          | 参加料    | 回数 | 定員  |
|----|-------------|------------------------------|----------------------|-------------|--------|----|-----|
| 1  | 脂肪燃焼！エクササイズ | 5/8~7/3<br>(募:4/1~4/1)       | 毎週水曜日<br>19:15~21:00 | 18歳~50歳までの人 | 5,000円 | 8回 | 12名 |
| 2  | スッキリ♪ヨガ教室①  | 5/7~7/7<br>(募:4/1~4/1)       | 毎週火曜日<br>10:00~      | 18歳以上の人     | 5,400円 | 8回 | 12名 |
| 3  | スッキリ♪ヨガ教室②  | 9/3~10/10<br>(募:8/1~8/15)    | 毎週火曜日<br>10:00~11:00 | 18歳以上の人     | 5,400円 | 8回 | 12名 |
| 4  | スッキリ♪ヨガ教室③  | 11/5~12/24<br>(募:10/1~10/15) | 毎週火曜日<br>10:00~11:00 | 18歳以上の人     | 5,400円 | 8回 | 12名 |
| 5  | スッキリ♪ヨガ教室④  | 1/21~3/18<br>(募:12/15~12/27) | 毎週火曜日<br>10:00~11:00 | 18歳以上の人     | 5,400円 | 8回 | 12名 |

- ① “往復ハガキ”に、教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢(または学年)・電話番号を記載し当施設(下記住所)までお送りください。  
 [申込先: 〒813-0043 福岡市東区名島2丁目42番1号 東市民プール「〇〇〇〇教室」係]  
 ② “直接来館”の場合は、1階受付にて専用の申込用紙に必要事項を記入し“はがき代”と併せて2階事務所までご持参ください。

申込多数の場合“抽選”となります。  
 ※先着順ではありません。