

7月～9月チケットクラススケジュール

レッスン参加 1回券 600円 5回券 2800円 10回券 5000円

初心者大歓迎 泳げない・・・ちょっと習いたい・・・ここを見てほしい・・・すべて解決します



★月★ クロール・背泳ぎクラス 初心者からOK!		★月★ シェイプアップクラス シェイプアップ&ストレス解消		★木★ ポイントスイムクラス ここを習いたい方に必見		★木★ ナイトスイムクラス 誰でも参加できる	
月曜日	9:15～10:00	月曜日	19:45～20:30	木曜日	14:00～14:45	木曜日	19:45～20:30
初心者から参加できるクラスです。全く泳げない方、泳げる方の参加もOKです。個々に合わせて練習していくので安心です。		有酸素・筋トレ・水中運動をリズムに合わせて行います。シェイプアップ、ストレス解消も期待できます。顔を水につける等は一切ありません。		ここだけ教えてほしい・・・いや全部教えてほしい・・・なんでもOK! 泳げる方、泳げない方どちらも参加できます。		初心者から中級者まで参加できるクラスです。レッスン自体は1人1人メニューを組み立ててするので安心です。	
日程 7/3.10 9/4.11.25		日程 7/3.10 9/4.11.25		日程 7/6.20 9/7.21.28		日程 7/6.20 9/7.21.28	
★金★ ビギナーズスイムクラス 初心者から中級者まで参加OK		★月★ 夏休み クロール・背泳ぎ		★水★ 夏休み モーニングスイム 夏だプールだ! 期間限定教室クラス		★木★ 夏休み ナイトスイム	
金曜日	10:00～10:45	月曜日	9:15～10:00	水曜日	9:15～10:00	木曜日	19:45～20:30
初心者から中級者まで参加できるクラスです。レッスン自体は1人1人メニューを組み立ててするので安心です。		初心者から参加できるクラスです。全く泳げない方、泳げる方の参加もOKです。個々に合わせて練習していくので安心です。		初心者から中級者まで参加できるクラスです。レッスン自体は1人1人メニューを組み立ててするので安心です。		ここだけ教えてほしい・・・いや全部教えてほしい・・・なんでもOK! 泳げる方、泳げない方どちらも参加できます。	
日程 7/7.14 9/1.8.15 22.29		日程 7/24.31 8/7.14.21.28		日程 7/26 8/2.9.16 23.30		日程 7/27 8/3.10 17.24.31	

チケットは2階事務所ににてご購入下さい。
初回チケットのみ申込書の記入が必要です。
ご利用時間はクラス開始15分前からクラス終了後15分後までとなります。

博多市民プール
指定管理者 シンコースポーツ
西鉄ビルマネジメントグループ