

# 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。	日程	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。	日程	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	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
	<b>7/3.10</b>		<b>7/3.10</b>		<b>7/6.20</b>		<b>7/6.20</b>
	<b>9/4.11.25</b>		<b>9/4.11.25</b>		<b>9/7.21.28</b>		<b>9/7.21.28</b>
★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。	日程	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。	日程	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	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
	<b>7/7.14</b>		<b>7/24.31</b>		<b>7/26</b>		<b>7/27</b>
	<b>9/1.8.15 22.29</b>		<b>8/7.14.21.28</b>		<b>8/2.9.16 23.30</b>		<b>8/3.10 17.24.31</b>

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