

# 水中ウォーキング教室(夜の部)



【対 象】 満18歳以上

【開催日】 木曜日(週1回)

【時 間】 18:30~19:45

【受講料】 5,000円

【保険料】 400円

※受付終了後は原則として、受講料と保険料はお返しできませんので  
あらかじめご了承ください。

【定 員】 20名(申込順:開講7名以上)

【教室内容】

○身体に大きな負担をかけない水中運動      ○簡単なゲーム  
○音楽に合わせたリズム運動

【日程表】

| 回 | 申込期間     | 1日   | 2日   | 3日   | 4日   | 5日   | 6日   | 7日  | 8日   | 9日   | 10日  |
|---|----------|------|------|------|------|------|------|-----|------|------|------|
| 1 | 3/9 (月)  | 4/16 | 4/23 | 4/30 | 5/7  | 5/21 | 5/28 | 6/4 | 6/11 | 6/18 | 6/25 |
|   | 4/2 (木)  | (木)  | (木)  | (木)  | (木)  | (木)  | (木)  | (木) | (木)  | (木)  | (木)  |
| 2 | 6/4 (木)  | 7/2  | 7/16 | 7/23 | 7/30 | 8/6  | 8/20 | 9/3 | 9/10 | 9/17 | 9/24 |
|   | 6/25 (木) | (木)  | (木)  | (木)  | (木)  | (木)  | (木)  | (木) | (木)  | (木)  | (木)  |

【申 込 み】 9:00~20:00(器材点検日は9:00~17:00)  
事務室にて承ります ※電話でのお申込みはできません

【問 合 せ】 三和防災アクアウイングプール(函館市民プール)(TEL:0138-52-7452)



三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)  
公式ウェブサイト  
<https://www.zaidan-hakodate.com/pool/>



水泳教室のご案内  
<https://www.zaidan-hakodate.com/pool/swimmingschool.html>