

水中ウォーキング教室(昼の部)



【対 象】 満18歳以上

【開催日】 月曜日・木曜日(週2回)

【時 間】 12:00~13:15

【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】 50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) └ 4/2 (木)	4/16 (木)	4/20 (月)	4/23 (木)	4/27 (月)	4/30 (木)	5/7 (木)	5/11 (月)	5/18 (月)	5/21 (木)	5/25 (月)
2	5/11 (月) └ 5/25 (月)	5/28 (木)	6/1 (月)	6/4 (木)	6/8 (月)	6/11 (木)	6/15 (月)	6/18 (木)	6/22 (月)	6/25 (木)	6/29 (月)
3	6/18 (木) └ 6/29 (月)	7/2 (木)	7/6 (月)	7/13 (月)	7/16 (木)	7/23 (木)	7/30 (木)	8/6 (木)	8/10 (月)	8/17 (月)	8/24 (月)
4	8/6 (木) └ 8/24 (月)	8/31 (月)	9/3 (木)	9/7 (月)	9/10 (木)	9/14 (月)	9/17 (木)	9/24 (木)	9/28 (月)	10/1 (木)	10/5 (月)

【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>