

## 【鵜沼運動施設】

※各教室とも、詳細については直接施設にお問い合わせください。(鵜沼運動施設事務所 0466-36-1607)

※「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たない場合は、申込受付期間後、市外の方もお申込みいただくことができます。

## 成人向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	オープン教室 スタジオプログラム	どなたでも参加できるスタジオプログラムをご用意いたしました。 ヨガやピラティス、エアロビクス、フラ、心身調整体操、筋力トレーニングなど、気軽に楽しめるプログラムを実施します。	月間予定表をご確認ください (前月25日前後に配布予定) 1日3回程度(午前・午後・夜)		45分	1回	20人～ 30人 程度	トレーニング登録証をお持ちで当日トレーニングルームを利用される方(割引制度あり) 当日スタジオプログラムのみ参加の方(どなたでも参加できます)	2階 ロビー	300円  500円	実施日時に直接来館 ※当日朝8:30から1階受付カウンターで整理券を販売いたします。
2	ゆったりヨガ	呼吸に合わせて、ヨガの基本的な動きを中心に、ゆっくりと身体をほぐしていきます。リラックス&リフレッシュをしましょう。	5/12,19,26 6/2,9,16,23	火	10:45- 11:45	7回	24人	18歳以上の方	2階 ロビー	5,600円	4/21(火) 9:30から先着順 電話または来館
3	姿勢改善・きれいな歩き方(春)	私たちの体調不良や疾病の原因は、体の歪みからくるものが非常に多いです。調整エクササイズで歪んだ体を正常な体に戻し、健康な体を手に入れましょう。	5/17,31 6/14,28	日	13:15- 14:15	4回	20人	18歳以上の方	2階 ロビー	3,200円	4/19(日) 9:30から先着順 電話または来館
4	フィットネスフラ	下半身のトレーニングや脳の活性化に繋がげながら、エクササイズとして行うフラです。ステップから楽しく踊りましょう。	5/22,29 6/5,12,19,26 7/3,10	金	11:30- 12:30	8回	20人	18歳以上の方	2階 ロビー	6,400円	4/24(金) 9:30から先着順 電話または来館
5	マタニティヨガ	お腹の赤ちゃんと一緒に出産に向けて、体力作りをしながら赤ちゃんとの繋がりを感しましょう。ヨガを通して心と体を前向きにしていきます。	6/2,9,16,23,30 7/7	火	10:45- 11:45	6回	10人	妊娠中の方で16週目以降で 医師の許可がある方	会議室	4,800円	5/12(火) 9:30から先着順 電話または来館
6	深呼吸ヨガ	深い呼吸の心地よさを感じながら、シンプルな動きを繰り返し行い、身体のバランスを整えていきます。	9/29 10/6,13,20 11/10,17 12/1,8,15	火	10:45- 11:45	9回	24人	18歳以上の方	2階 ロビー	7,200円	9/8(火) 9:30から先着順 電話または来館
7	朝活 トレーニング部	自体重とマシントレーニングをミックスさせた内容です。トレーニングのルーティンづくりまでアドバイスします。	10/1,5,8,15,19,22 11/2,5,12,16,19,26	月・木	8:15- 9:00	12回	12人	18歳以上の方	トレーニング ルーム	9,600円	9/10(木) 9:30から先着順 電話または来館
8	姿勢改善・きれいな歩き方(秋)	私たちの体調不良や疾病の原因は、体の歪みからくるものが非常に多いです。調整エクササイズで歪んだ体を正常な体に戻し、健康な体を手に入れましょう。	10/4,18 11/1,15	日	13:15- 14:15	4回	20人	18歳以上の方	2階 ロビー	3,200円	9/13(日) 9:30から先着順 電話または来館
9	ピラティス	呼吸と連動したゆっくりとした動きを行い、体幹やインナーマッスルを使い、背骨の柔軟性や筋力強化をするエクササイズです。簡単な動きですので、初めての方でも安心してご参加いただけます。	1/19,26 2/2,9,16 3/2,9,16	火	10:45- 11:45	8回	24人	18歳以上の方	2階 ロビー	6,400円	12/22(火) 9:30から先着順 電話または来館
10	POPピラティス	ロサンゼルス発祥の今注目のエクササイズです。ピラティスの動きを基本とし、音楽に合わせて踊るようにエクササイズをします。	2/3,10,17,24 3/3,10,17,24	水	11:30- 12:30	8回	20人	18歳以上の方	2階 ロビー	6,400円	1/13(水) 9:30から先着順 電話または来館

(鶴沼運動施設事務所)

※各教室とも、詳細については直接施設にお問い合わせください。(鶴沼運動施設事務所 0466-36-1607)

※「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たない場合は、申込受付期間後、市外の方も申込みいただくことができます。

## 幼児・小学生向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	スキルアップ！ベースボール 5・6年	野球経験者を対象としたスキルアップ教室です。「走・攻・守」のスキルアップを目的とした練習を行います。	5/12,19,26 6/2,9,16,23 (予備日6/30 7/7)	火	16:15- 17:45	7回	16人	市内在住・在学の 小学5～6年生 (野球経験のある方)	野球場	6,300円	申込受付4/11～20来館 公開抽選4/21(火) 14:00から随時行います
2	エンジョイ！ベースボール 3・4年	初心者を対象とした野球教室です。基礎練習を取り入れ、スキルアップを目指します。野球好きの少年少女集まれ！	5/14,21,28 6/4,11,18,25 (予備日7/2,9)	木	16:15- 17:30	7回	20人	市内在住・在学の 小学3～4年生	野球場	6,300円	
3	幼児たいそう 年長	様々な運動体験が運動能力アップにつながります。芝生の上で思いっきり体を動かしましょう。跳び箱や鉄棒にも挑戦します。	5/13,20,27 6/3,10,17 (予備日6/24 7/8)	水	15:30- 16:30	6回	24人	市内在住・在園の年長児 (H26.4.2～H27.4.1生れ)	野球場	5,400円	
4	エンジョイ！夏休み 1・2年	テーマはエンジョイ♪ ドッチビー、リレー、大縄跳び等の遊びを通じて、運動の基礎となる「走る・跳ぶ・投げる」の動きを習得して、運動能力をアップしよう！	7/28,29,30,31 (予備日8/3,4)	火・水 木・金	7:50- 9:10	4回	24人	市内在住・在学の 小学1～2年生	野球場	3,600円	申込受付7/4～7/12来館 公開抽選7/14(火) 14:00から随時行います
5	エンジョイ！夏休み 3・4年		7/28,29,30,31 (予備日8/3,4)	火・水 木・金	9:40- 11:00	4回	24人	市内在住・在学の 小学3～4年生	野球場	3,600円	
6	短距離走 1・2年 ※就学援助対象教室 (P1参照)	速く走るための方法を知っていますか？ 今より速く走るためのコツを教えます。 正しい走り方を覚えてゴールを駆け抜けよう。	8/17,18,19 (予備日8/20,21)	月 火 水	17:00- 18:15	3回	32人	市内在住・在学の 小学1～2年生	野球場	2,700円 ※就学援助受給世帯 900円	申込受付7/23～8/3来館 公開抽選8/4(火)14:00
7	短距離走 3～6年 ※就学援助対象教室 (P1参照)		8/25,26,27 (予備日8/28,31)	火 水 木	17:00- 18:30	3回	32人	市内在住・在学の 小学3～6年生	野球場	2,700円 ※就学援助受給世帯 900円	
8	幼児たいそう 年中	様々な運動体験が運動能力アップにつながります。芝生の上で思いっきり体を動かしましょう。跳び箱や鉄棒にも挑戦します。	9/9,16,23,30 10/7,14 (予備日10/21,28 11/4)	水	15:00- 16:00	6回	20人	市内在住・在園の年中児 (H27.4.2～H28.4.1生れ)	野球場	5,400円	申込受付8/15～23来館 公開抽選8/25(火)14:00
9	エンジョイ！ベースボール 1・2年	初心者を対象とした楽しみながら進める野球教室です。野球が好きな少年少女集まれ！	9/11,18,25 10/2,9,16 (予備日10/23,30 11/6)	金	15:45- 16:45	6回	20人	市内在住・在学の 小学1～2年生	野球場	5,400円	
10	幼児たいそう 年少①	様々な運動体験が運動能力アップにつながります。ボール遊びなどを通じて楽しみながら体を動かしましょう。跳び箱や鉄棒にも挑戦します。 集団行動が初めてのお子さんでも安心して参加いただけます。	1/20,27 2/3,10,17	水	15:50- 16:50	5回	12人	市内在住・在園の年少児 (H28.4.2～H29.4.1生れ)	2階 ロビー	4,500円	申込受付12/18～25来館 公開抽選12/26(土)14:00
11	幼児たいそう 年少②		2/24 3/3,10,17,24	水	15:50- 16:50	5回	12人		2階 ロビー	4,500円	申込受付1/30～2/9来館 2/8(月)休館 公開抽選2/10(水)14:00

(鶴沼運動施設事務所)

※各教室とも、詳細については直接施設にお問い合わせください。(鶴沼運動施設事務所 0466-36-1607)

※「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たない場合は、申込受付期間後、市外の方も申込みいただくことができます。

## 親子・お子様同伴教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	親子たいそう①	芝生の上で思いっきり体を動かしましょう。親子でのスキンシップを交えながら、ポールやマット運動、平均台、鉄棒などにも挑戦します。	5/13,20,27 6/3,10,17 (予備日6/24 7/1,8)	水	9:45- 10:45	6回	15組	市内在住のH28.4.2～H30.4.1 生れの方と保護者	野球場	4,800円	4/22(水) 9:30から先着順 電話または来館
2	お母さんのためのヨガ(春)	毎日頑張っているお母さんのための子育て応援教室です。お子様連れで参加できます。ヨガの深い呼吸で心も体も緩め、リフレッシュしましょう。	5/13,27 6/10,24 7/8,22	水	10:45- 11:45	6回	10人	子育て中のお母さん、 お子さま同伴の方の参加を 了承される方(託児場所なし)	会議室	4,800円	4/22(水) 9:30から先着順 電話または来館
3	親子たいそう②	芝生の上で思いっきり体を動かしましょう。親子でのスキンシップを交えながら、ポールやマット運動、平均台、鉄棒などにも挑戦します。	9/9,16,23,30 10/7,14 (予備日10/21,28 11/4)	水	9:45- 10:45	6回	15組	市内在住のH28.4.2～H30.4.1 生れの方と保護者	野球場	4,800円	8/19(水) 9:30から先着順 電話または来館
4	赤ちゃんがごきげんになる！ ベビーヨガ	赤ちゃんの時期の体操は、体の土台作りとなり、脳と身体の発育を促します。親子の楽しいふれあいの時間は、母子ともにリラックスできます。おうち遊びもぐんと楽しくなりますよ。	10/6,20 11/10,17 12/1,15	火	10:45- 11:45	6回	10組	生後3ヵ月程度～1歳程度(1 人歩きがまだできない)ま での赤ちゃんとその保護者	会議室	4,800円	9/15(火) 9:30から先着順 電話または来館
5	お母さんのためのピラティス	毎日頑張っているお母さんのための子育て応援教室です。体の要でもある骨盤を整えるとホルモンバランスも整います。体をリセットさせましょう。	10/9,23 11/6,20 12/4,18	金	10:45- 11:45	6回	10人	子育て中のお母さん、 お子さま同伴の方の参加を 了承される方(託児場所なし)	会議室	4,800円	9/18(金) 9:30から先着順 電話または来館
6	お母さんのためのヨガ(冬)	毎日頑張っているお母さんのための子育て応援教室です。お子様連れで参加できます。ヨガの深い呼吸で心も体も緩め、リフレッシュしましょう。	1/13,27 2/10,24 3/10,24	水	10:45- 11:45	6回	10人	子育て中のお母さん、 お子さま同伴の方の参加を 了承される方(託児場所なし)	会議室	4,800円	12/18(金) 9:30から先着順 電話または来館

※各教室とも、詳細については直接施設にお問い合わせください。(鵜沼運動施設事務所 0466-36-1607)

(鵜沼運動施設事務所)

※「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たない場合は、申込受付期間後、市外の方も申込みいただくことができます。

## 障がい者向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	障がい者ふれあいテニス (開放)	金曜日と土曜日にテニスコートを開放いたします。申し込みは不要ですので、直接テニスコートまでお越しください。 みんなで楽しくプレーしましょう。	7/17 8/8,21 9/12,18 10/10,16 11/14,20 12/12,18 1/9,15 2/13,19 3/13,19	金・土	9:30- 11:30	17回	—	障がいのある方	八部公園 テニスコート 人工芝 コート	無料	直接テニスコートへお越しください。
2	障がい者ふれあいテニス (教室)	スポーツを通じて身体機能の活性化を図るテニス教室です。テニスが初めての方でも楽しみながら参加できます。	4/18 5/9,16 6/6,13,20 (予備日 6/27 7/4)	土	9:30- 11:15	6回	15人	障がいのある方	八部公園 テニスコート (人工芝)	3,600円	4/1(水) 9:30から先着順 電話または来館
3	障がい者ふれあいグループスイム	障がいのある方を対象とした水泳教室です。可動範囲を考えながら、初心者から中級者くらいの方までが楽しく参加できる内容です。月ごと、1回から申し込みが可能のため、いつでも気軽に参加できます。	4/17,24 5/8,15,22,29 6/5,12,19,26 10/9,16,23 11/6,13,20,27 12/4,11,18,25 1/15,22,29 2/5,19,26 3/5,12,19	金 予約制	18:00- 19:00	1回	10人	障がいのある方	プール	600円	【先着順】 毎月第3金曜日から翌月分を受付 (日程が前後する場合があります) 電話受付13:00から

## ■鵜沼運動施設(トレーニングルームほか)

## トレーニング登録者対象教室

No	教室名	教室内容等	実施日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	トレーニング登録講座(専用) ※参加人数により 併用に変更する場合あり (日曜)	トレーニングルームの利用方法(ルール・マナー)、登録証発行手続き、マシンの取扱いについて説明を行います。	毎月 日曜日 2回 詳細は施設へお問い合わせください	60分	1回	30人	市内在住・在勤・在学、 茅ヶ崎市・寒川町在住の 中学生以上の方	会議室 トレーニング ルーム	大人 500円 中学生 200円	事前に電話または 来館にて予約
	毎月 平日 7回 詳細は施設へお問い合わせください		60分	1回	12人					
2	パーソナルトレーニング	マンツーマンで指導をさせていただきます。実施前にはカウンセリングを行い、お客様の体の状態やニーズをしっかりと把握してからトレーニングを行います。	通年(予約制)	60分 程度	1回	1人	トレーニング登録者		2,000円	事前に電話または 来館にて予約
3	体成分測定・印刷	体脂肪率はもちろん腹部肥満率、筋肉量などあなたの体を細かく測定します！自分自身の体と見つめ合って、あなたの体に合った運動をしましょう！	通年(随時受付)	10分 程度	1回	1人	トレーニング登録者		100円 入場料別	実施日時に直接来館 トレーニングルーム受付にて

## 【八部公園プール】

※各教室とも、詳細については直接施設にお問い合わせください。(鶴沼運動施設事務所 0466-36-1607)

※「公開抽選」…申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たない場合は、申込受付期間後、市外の方もお申込みいただくことができます。

## 個人スイムレッスン

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	個人スイムレッスン	水慣れから4種泳法、水中運動までマンツーマンでお客様のご要望にお応えします。 ※障がいのある方も気軽にお申し出ください。	通年 (7・8・9月除く)	予約制	45分	1回	1人	どなたでも参加できます	プール	2,000円	【先着順】 毎月28日から翌月分を受付 (日程が前後する場合あり) 来館受付8:30から 電話受付19:30から

## 成人向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	おとなグループレッスン	クロールや背泳ぎを中心とした教室です。健康増進のため！スキルアップのため！水泳仲間をつくって一緒に練習してみませんか？	4/9,16,23 5/14,21,28 6/4,11,18,25 10/8,15,22 11/5,12,19,26 12/3,10,17,24 1/14,21,28 2/4,18,25 3/4,11,18	木 予約制	11:20- 12:30	1回	18人	18歳以上の方	プール	1,000円	【先着順】 毎月第3木曜日から翌月分を受付 (日程が変更する場合あり) 来館受付10:30から 電話受付14:00から
2	ステップアップ水泳①	泳力にあわせてグループ分けをします。クロールや背泳ぎの練習を基本とし、平泳ぎやバタフライにも挑戦する教室です。	4/14,21 5/12,19,26 6/2,9,16,23	火	13:50- 15:00	9回	24人	18歳以上の方(クロールで25m以上泳げる方)	プール	8,100円	申込受付3/25～3/31来館 公開抽選4/2(木) 各教室10:00から順次行います
3	らくらく健康体操① 水曜	陸上でストレッチや筋力トレーニングを行い、筋力や柔軟性を向上させ、プールでは水の特性を活用しさらに柔軟性向上、関節可動域の向上を目指し健康の増進を図ります。簡単にできる動作なので毎日運動をして健康な体を手に入れましょう！	4/15,22 5/13,20,27 6/3,10,17,24	水	10:30- 12:00	9回	24人	18歳以上の方	2階ロビー プール	8,100円	
4	らくらく健康体操① 金曜	4/24 5/8,15,22,29 6/5,12,19,26	金	10:30- 12:00	9回	24人	2階ロビー プール		8,100円		
5	ナイター水泳①	クロールからバタフライまで泳力にあわせて練習します。運動不足を解消したい方や、汗を流してリフレッシュしたい方におすすめです！	4/15,22 5/13,20,27 6/3,10,17,24	水	19:00- 20:15	9回	24人	18歳以上の方	プール	8,100円	
6	初級水泳①	初めてプールに来る方から息継ぎがうまくできない方まで、水泳を一から丁寧に指導します！クロール25m完泳に挑戦しましょう！	4/24 5/8,15,22,29 6/5,12,19,26	金	12:50- 14:00	9回	24人	18歳以上の方	プール	8,100円	
7	ステップアップ水泳②	泳力に合わせてグループ分けをし、ステップアップを目指します。クロールや背泳ぎの練習を基本とし、平泳ぎやバタフライにも挑戦する教室です。	10/6,13,20 11/10,17 12/1,8,15,22	火	13:50- 15:00	9回	24人	18歳以上の方(クロールで25m以上泳げる方)	プール	8,100円	

※各教室とも、詳細については直接施設にお問い合わせください。(鶴沼運動施設事務所 0466-36-1607)

(八部公園プール)

※「公開抽選」…申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たない場合は、申込受付期間後、市外の方もお申込みいただくことができます。

成人向け教室											
No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
8	らくらく健康体操② 水曜	陸上でストレッチや筋力トレーニングを行い、筋力や柔軟性を向上させ、プールでは水の特性を活用しさらに柔軟性向上、関節可動域の向上を目指し健康の増進を図ります。簡単にできる動作なので毎日運動をして健康な体を手に入れましょう！	10/7,14,21 11/11,18,25 12/2,9,16	水	10:30-12:00	9回	24人	18歳以上の方	2階ロビー プール	8,100円	申込受付9/15～20来館 公開抽選9/24(木) 各教室10:00から順次行います
10	らくらく健康体操② 金曜		10/9,16,23 11/6,13,20,27 12/4,11	金	10:30-12:00	9回	24人	18歳以上の方	2階ロビー プール	8,100円	
11	ナイター水泳②	クロールからバタフライまで泳力にあわせて練習します。運動不足を解消したい方や、汗を流してリフレッシュしたい方におすすめです！	10/7,14,21 11/11,18,25 12/2,9,16	水	19:00-20:15	9回	24人	18歳以上の方	プール	8,100円	
12	初級水泳②	初めてプールに来る方から息継ぎがうまくできない方まで、水泳を一から丁寧に指導します！クロール25m完泳に挑戦しましょう！	10/9,16,23 11/6,13,20,27 12/4,11	金	12:50-14:00	9回	24人	18歳以上の方	プール	8,100円	
13	ステップアップ水泳③	泳力に合わせてグループ分けをし、ステップアップを目指します。クロールや背泳ぎの練習を基本とし、平泳ぎやバタフライにも挑戦する教室です。	1/19,26 2/2,9,16 3/2,9,16,23	火	13:50-15:00	9回	24人	18歳以上の方（クロールで25m以上泳げる方）	プール	8,100円	申込受付12/15～20来館 公開抽選12/22(火) 各教室10:00から順次行います
14	らくらく健康体操③ 水曜	陸上でストレッチや筋力トレーニングを行い、筋力や柔軟性を向上させ、プールでは水の特性を活用しさらに柔軟性向上、関節可動域の向上を目指し健康の増進を図ります。簡単にできる動作なので毎日運動をして健康な体を手に入れましょう！	1/13,20,27 2/3,10,17 3/3,10,17	水	10:30-12:00	9回	24人	18歳以上の方	2階ロビー プール	8,100円	
15	らくらく健康体操③ 金曜		1/15,22,29 2/5,19,26 3/5,12,19	金	10:30-12:00	9回	24人		2階ロビー プール	8,100円	
16	ナイター水泳③	クロールからバタフライまで泳力にあわせて練習します。運動不足を解消したい方や、汗を流してリフレッシュしたい方におすすめです！	1/13,20,27 2/3,10,17 3/3,10,17	水	19:00-20:15	9回	24人	18歳以上の方	プール	8,100円	
17	初級水泳③	初めてプールに来る方から息継ぎがうまくできない方まで、水泳を一から丁寧に指導します！クロール25m完泳に挑戦しましょう！	1/15,22,29 2/5,19,26 3/5,12,19	金	12:50-14:00	9回	24人	18歳以上の方	プール	8,100円	

(八部公園プール)

※各教室とも、詳細については直接施設にお問い合わせください。(鵜沼運動施設事務所 0466-36-1607)

※「公開抽選」…申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たない場合は、申込受付期間後、市外の方も申込みいただくことができます。

## 子ども向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	こどもグループレッスン クロールマスター編	クロールで25m完泳を目指します。 よりきれいに泳げるように頑張ろう！ 進み具合によっては背泳ぎもチャレンジ します！	4/8,15,22 5/13,20,27 6/3,10,17,24 10/7,14,21 11/11,18,25 12/2,9,16,23 1/13,20,27 2/3,10,17 3/3,10,17,24	水 予約制	17:00- 18:00	1回	24人	小学生(呼吸付きクロールで 15m以上泳げる方)	プール	1,000円	【先着順】 毎月20日から翌月分を受付 (日程が前後する場合あり) 来館受付8:30から 電話受付19:30から
2	こどもグループレッスン 息継ぎマスター編	反復練習を多く取り入れ、クロールの息 継ぎ習得を目指します。	4/17,24 5/8,15,22,29 6/5,12,19,26 10/9,16,23 11/6,13,20,27 12/4,11,18,25 1/15,22,29 2/5,19,26 3/5,12,19	金 予約制	17:00- 18:00	1回	24人	小学生(面かぶりクロールで 10m以上泳げる方)	プール	1,000円	
3	未就学スイム 火曜①	初めての水泳教室は『八部公園』から！ 水慣れを中心に水泳の楽しさを指導して いきます！ 上達させるのはいつも楽しく優しい・時 に厳しいコーチたち！ 『つぎはいつ？あと何回練習できる？』 と子どもから思われるような教室にして いきます。 子どもが頑張っている姿を少し遠くから 見てみてください！	4/14,21 5/12,19,26 6/2,9,16,23	火	16:00- 17:00	9回	15人	市内在住・在園の 年中児・年長児 (H26.4.2～H28.4.1生れ)	プール	9,000円	申込受付3/31～4/5来館 公開抽選4/7(火) 各教室10:00から順次行います
4	未就学スイム 水曜①		4/15,22 5/13,20,27 6/3,10,17,24	水	16:00- 17:00	9回	15人		プール	9,000円	
5	未就学スイム 木曜①		4/16,23 5/14,21,28 6/4,11,18,25	木	16:00- 17:00	9回	15人		プール	9,000円	
6	未就学スイム 金曜①		4/24 5/8,15,22,29 6/5,12,19,26	金	16:00- 17:00	9回	15人		プール	9,000円	
7	初級こどもスイム 火曜①	初めての水泳教室は八部から！ 泳力別に班分けをして練習していきます！ 水慣れ～バタ足、面かぶりクロールを中 心に練習をしていきます！	4/14,21 5/12,19,26 6/2,9,16,23	火	17:00- 18:00	9回	28人	市内在住・在学の小学生	プール	9,000円	
8	初級こどもスイム 木曜①	クロール習得を目指し、みんなと一緒に 練習しよう！	4/16,23 5/14,21,28 6/4,11,18,25	木	17:00- 18:00	9回	28人	市内在住・在学の小学生	プール	9,000円	

※各教室とも、詳細については直接施設にお問い合わせください。(鵜沼運動施設事務所 0466-36-1607)

(八部公園プール)

※「公開抽選」…申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たない場合は、申込受付期間後、市外の方もお申込みいただくことができます。

## 子ども向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
9	泳力認定こどもスイム①	各種泳法を習得し、毎年8月と3月に行われる『泳力認定進級テスト』の進級を目指します。	4/14,21 5/12,19,26 6/2,9,16,23	火	18:00-19:00	9回	24人	泳力認定進級テストで10級以上を取得されている小・中学生	プール	9,000円	申込受付3/31~4/5来館 公開抽選4/7(火) 各教室10:00から順次行います
10	泳力認定こどもスイム 上級クラス①	各種泳法を習得し、毎年8月と3月に行われる『泳力認定進級テスト』の6~1級・段の取得を目指します。	4/16,23 5/14,21,28 6/4,11,18,25	木	18:00-19:00	9回	24人	泳力認定進級テストで9級以上を取得されている小・中学生	プール	9,000円	
11	夏休み！ 早起きこどもスイム①	夏だぜ！！ 夏と言ったらプール！ 夏休みも規則正しい生活を！ 早起きして、八部で水泳教室！	8/3,4,5,6,7	月・火 水・木 金	7:30-9:00	5回	100人	市内在住・在学の小学生	プール	5,000円	申込受付7/14~19来館 公開抽選7/20(月) 各教室10:00から順次行います
12	夏休み！ 早起きこどもスイム②	少人数のクラス制で上達も早い！ 『八部公園プール』で楽しい夏の思い出をつくろう！	8/17,18,19,20,21	月・火 水・木 金	7:30-9:00	5回	100人		プール	5,000円	
13	未就学スイム 火曜②	主役は子ども！ 応援するのは家族のみなさん！ 上達させるのはいつも優しく・時に厳しいコーチたち！ 水慣れを中心に楽しく練習します。 『つぎはいつ？あと何回練習できる？』と子どもから思われるような教室にいきます。 子どもが頑張っている姿を少し遠くから見せてください！	10/6,13,20 11/10,17 12/1,8,15,22	火	16:00-17:00	9回	15人	市内在住・在園の 年中児・年長児 (H26.4.2~H28.4.1生れ)	プール	9,000円	申込受付9/8~13来館 公開抽選9/15(火) 各教室10:00から順次行います
14	未就学スイム 水曜②		10/7,14,21 11/11,18,25 12/2,9,16	水	16:00-17:00	9回	15人		プール	9,000円	
15	未就学スイム 木曜②		10/8,15,22 11/5,12,19,26 12/3,10	木	16:00-17:00	9回	15人		プール	9,000円	
16	未就学スイム 金曜②		10/9,16,23 11/6,13,20,27 12/4,11	金	16:00-17:00	9回	15人		プール	9,000円	
17	初級こどもスイム 火曜②	初めての水泳教室は八部から！ 泳力別に班分けをして練習していきます！ 水慣れ～バタ足、面かぶりクロールを中心に練習をしていきます！	10/6,13,20 11/10,17 12/1,8,15,22	火	17:00-18:00	9回	28人	市内在住・在学の小学生	プール	9,000円	
18	初級こどもスイム 木曜②	クロール習得を目指し、みんなと一緒に練習しよう！	10/8,15,22 11/5,12,19,26 12/3,10	木	17:00-18:00	9回	28人	市内在住・在学の小学生	プール	9,000円	

※各教室とも、詳細については直接施設にお問い合わせください。(鵜沼運動施設事務所 0466-36-1607)

※「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たない場合は、申込受付期間後、市外の方もお申込みいただくことができます。

(八部公園プール)

### 子ども向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
19	泳力認定こどもスイム②	各種泳法を習得し、毎年8月と3月に行われる『泳力認定進級テスト』の進級を目指します。	10/6,13,20 11/10,17 12/1,8,15,22	火	18:00-19:00	9回	24人	泳力認定進級テストで10級以上を取得されている小・中学生	プール	9,000円	申込受付9/8～13来館 公開抽選9/15(火) 各教室10:00から順次行います
20	泳力認定こどもスイム 上級クラス②	各種泳法を習得し、毎年8月と3月に行われる『泳力認定進級テスト』の6～1級・段の取得を目指します。	10/8,15,22 11/5,12,19,26 12/3,10	木	18:00-19:00	9回	24人	泳力認定進級テストで9級以上を取得されている小・中学生	プール	9,000円	
21	カヌー教室①	引地川でカヌーに乗ろう！ カヌーに乗るのが初めてでも大丈夫！ コーチが優しく初めから教えてくれます！	10/17,24,31 11/7	土	9:30-10:30	4回	10人	市内在住・在学の小学生	引地川 (作橋周辺)	6,000円	申込受付9/29～10/4来館 公開抽選10/6(火) 各教室10:00から順次行います
22	カヌー教室②	誰でもカヌーに乗れるようになります！ みんなでカヌーに乗って遊ぼう！	10/17,24,31 11/7	土	11:00-12:00	4回	10人	市内在住・在学の小学生	引地川 (作橋周辺)	6,000円	
23	未就学スイム 火曜③	主役は子ども！ 応援するのは家族のみなさん！ 上達させるのはいつも優しく・時に厳しいコーチたち！ 水慣れを中心に楽しく練習します。 『つぎはいつ？あと何回練習できる？』と子どもから思われるような教室にいきます。 子どもが頑張っている姿を少し遠くから見てください！	1/19,26 2/2,9,16 3/2,9,16,23	火	16:00-17:00	9回	15人	市内在住・在園の 年中児・年長児 (H26.4.2～H28.4.1生れ)	プール	9,000円	申込受付12/8～13来館 公開抽選12/15(火) 各教室10:00から順次行います
24	未就学スイム 水曜③		1/13,20,27 2/3,10,17 3/3,10,17	水	16:00-17:00	9回	15人		プール	9,000円	
25	未就学スイム 木曜③		1/14,21,28 2/4,18,25 3/4,11,18	木	16:00-17:00	9回	15人		プール	9,000円	
26	未就学スイム 金曜③		1/15,22,29 2/5,19,26 3/5,12,19	金	16:00-17:00	9回	15人		プール	9,000円	
27	初級こどもスイム 火曜③ ※就学援助対象教室 (P1参照)	初めての水泳教室は八部から！ 泳力別に班分けをして練習していきます！ 水慣れ～パタ足、面かぶりクロールを中心に練習をしていきます！	1/19,26 2/2,9,16 3/2,9,16,23	火	17:00-18:00	9回	28人	市内在住・在学の小学生	プール	9,000円 ※就学援助受給世帯 3,000円	申込受付12/8～13来館 公開抽選12/15(火) 各教室10:00から順次行います
28	初級こどもスイム 木曜③ ※就学援助対象教室 (P1参照)	クロール習得を目指し、みんなと一緒に練習しよう！	1/14,21,28 2/4,18,25 3/4,11,18	木	17:00-18:00	9回	28人	市内在住・在学の小学生	プール	9,000円 ※就学援助受給世帯 3,000円	
29	泳力認定こどもスイム③	各種泳法を習得し、毎年8月と3月に行われる『泳力認定進級テスト』の進級を目指します。	1/19,26 2/2,9,16 3/2,9,16,23	火	18:00-19:00	9回	24人	泳力認定進級テストで10級以上を取得されている小・中学生	プール	9,000円	
30	泳力認定こどもスイム 上級クラス③	各種泳法を習得し、毎年8月と3月に行われる『泳力認定進級テスト』の6～1級・段の取得を目指します。	1/14,21,28 2/4,18,25 3/4,11,18	木	18:00-19:00	9回	24人	泳力認定進級テストで9級以上を取得されている小・中学生	プール	9,000円	