

## 【鶴沼運動施設】

※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。(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。

### 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、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。	7/1 スタート 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・夜間)		30分- 45分	1回	18人~ 30人	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)	2階 ロビー	200円	実施日時に直接来館 ※実施時間の1時間前から受付 受付時間変更の場合有り
								どなたでも参加できます 当日スタジオプログラムの み参加の方	2階 ロビー	500円	
2	ゆったりヨガ	呼吸に合わせてゆっくりと動いていくので初めての方でも安心して参加いただけます。心身ともにゆったりとした時間を過ごしましょう。	5/8,15,22,29 6/5,12	火	9:30- 10:30	6回	24人	18歳以上の方	2階 ロビー	5,400円	4/17(火) 9:30から先着順 電話または来館
3	マタニティヨガ	マタニティヨガはお腹の赤ちゃんと一緒に出産を迎えるために、心と体を前向きにしてくれます。	5/10,17,24,31 6/7,14,21,28	木	13:15- 14:15	8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	7,200円	4/19(木) 9:30から先着順 電話または来館
4	体を動かすメンタルトレーニング (基礎編)	運動を通して自身の心と身体に向き合い、日頃の疲れやストレスを解消しましょう。頭も体もトレーニング!	5/12,19,26 6/2,9,16,23,30	土	13:15- 14:15	8回	10人	18歳以上の方	会議室	7,200円	4/21(土) 9:30から先着順 電話または来館
5	リラクソヨガ	流れを持って進めていきますので、初めての方でも安心して参加いただけます。心身ともにリラックスしましょう。	9/20,27 10/4,11,18 11/1,8,15	木	13:15- 14:15	8回	24人	18歳以上の方	2階 ロビー	7,200円	8/30(木) 9:30から先着順 電話または来館
6	からだスッキリ!エクササイズ	フォームローラーや体幹トレーニングで体のコンディショニングを行います。日頃溜まった疲れをスッキリさせましょう。	10/2,16,30 11/6,13,20,27 12/4	火	13:15- 14:15	8回	16人	18歳以上の方	2階 ロビー	7,200円	9/11(火) 9:30から先着順 電話または来館
7	体を動かすメンタルトレーニング (実践編)	運動を通して自身の心と身体に向き合い、日頃の疲れやストレスを解消しましょう。頭も体もトレーニング!	10/19 11/2,9,16,30 12/7,14,21	金	13:15- 14:15	8回	15人	18歳以上の方	会議室	7,200円	9/28(金) 9:30から先着順 電話または来館
8	ボディエクササイズ	女性でも扱いやすい軽いバーベルを使用したエクササイズです。全身の引き締めと脂肪燃焼をターゲットに行います。	11/3,10,17,24 12/1,8,15,22	土	9:10- 10:10	8回	20人	18歳以上の方	2階 ロビー	7,200円	10/13(土) 9:30から先着順 電話または来館
9	ピラティス	深い呼吸とインナーマッスルを意識した動きで体幹を鍛えます。流れを持って進めていきますので、初めての方でも安心して参加できます。	2/1,8,15,22 3/1,8,15,22	金	13:15- 14:15	8回	24人	18歳以上の方	2階 ロビー	7,200円	1/11(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。(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。

(鶴沼運動施設事務所)

### 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	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！	5/8,15,22,29 6/5,12,19 (予備日7/3)	火	16:30- 18:00	7回	20人	市内在住・在学の 小学1～2年生	野球場	5,600円	申込受付4/16～22来館 公開抽選4/24(火) 14:00から随時行います
2	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。	5/9,16,23,30 6/6,13 (予備日6/20 7/4)	水	15:30- 16:30	6回	24人	市内在住・在園の年長児 (H24.4.2～H25.4.1生れ)	野球場	4,800円	
3	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！	5/10,17,24,31 6/7,14,21 (予備日6/28 7/5)	木	16:30- 18:00	7回	20人	市内在住・在学の 小学3～4年生	野球場	5,600円	
4	エンジョイ！夏休み 1・2年	テーマはエンジョイ♪ドッジビー、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！	7/24,25,26,27 (予備日7/30,31)	火・水 木・金	8:00- 9:30	4回	24人	市内在住・在学の 小学1～2年生	野球場	3,200円	申込受付7/2～7/8来館 公開抽選7/10(火) 14:00から随時行います
5	エンジョイ！夏休み 3・4年		7/24,25,26,27 (予備日7/30,31)	火・水 木・金	10:00- 11:30	4回	24人	市内在住・在学の 小学3～4年生	野球場	3,200円	
6	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。	8/1,2,3,6,7,8 (予備日8/9,10)	月・火 水・木 金	8:00- 10:00	6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	4,800円	
7	短距離走 1・2年	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。	8/20,21,22 (予備日8/23,24)	月 火 水	8:00- 9:30	3回	32人	市内在住・在学の 小学1～2年生	野球場	2,400円	申込受付7/30～8/5来館 公開抽選8/6(月)14:00
8	短距離走 3～6年	正しい走り方を覚えてゴールを駆け抜けよう。	8/28,29,30 (予備日8/31)	火 水 木	8:00- 9:30	3回	32人	市内在住・在学の 小学3～6年生	野球場	2,400円	
9	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。	9/5,12,19,26 10/3,10 (予備日10/17,24,31 11/7)	水	15:00- 16:00	6回	24人	市内在住・在園の年中児 (H25.4.2～H26.4.1生れ)	野球場	4,800円	申込受付8/15～21来館 公開抽選8/22(水)14:00
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。	2/6,13,20,27	水	15:50- 16:50	4回	12人	市内在住・在園の年少児 (H26.4.2～H27.4.1生れ)	2階ロビー	3,200円	申込受付1/16～22来館 公開抽選1/23(水)14:00
11	幼児たいそう 年少②	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。	3/6,13,20,27	水	15:50- 16:50	4回	12人		2階ロビー	3,200円	申込受付2/13～19来館 公開抽選2/20(水)14:00

※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。

(鶴沼運動施設事務所)

### 親子向け教室

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	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、ボールやフラフープ、平均台などに挑戦します。	5/9,16,23,30 6/6,13 (予備日6/20 7/4)	水 9:45- 10:45	6回	15組	市内在住のH26.4.2~H28.4.1 生れの方と保護者	野球場	6,000円	4/18(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①	お子様連れで参加できる、子育て中のお母さん応援教室です。(託児なし)育児で溜まった疲れを癒しましょう。	5/9,16,23,30 6/6,13	水 13:00- 14:00	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	会議室	5,400円	4/18(水) 10:30から先着順 電話または来館
3	お母さんのためのピラティス①	お子様連れで参加できる、子育て中のお母さん応援教室です。(託児なし)出産・子育てで歪んだ体をリセットしましょう。	6/1,8,15,22,29 7/6	金 13:15- 14:15	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	会議室	5,400円	5/11(金) 9:30から先着順 電話または来館
4	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、ボールやフラフープ、平均台などに挑戦します。	9/5,12,19,26 10/3,10 (予備日10/17,24,31 11/7)	水 9:45- 10:45	6回	15組	市内在住のH26.4.2~H28.4.1 生れの方と保護者	野球場	6,000円	8/15(水) 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②	お子様連れで参加できる、子育て中のお母さん応援教室です。(託児なし)出産・子育てで歪んだ体をリセットしましょう。	9/7,14,21,28 10/5,12	金 13:15- 14:15	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	会議室	5,400円	8/17(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②	お子様連れで参加できる、子育て中のお母さん応援教室です。(託児なし)育児で溜まった疲れを癒しましょう。	2/6,13,20,27 3/6,13	水 13:00- 14:00	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	会議室	5,400円	1/16(水) 9:30から先着順 電話または来館

### カルチャー教室

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	犬のしつけ講習会	愛犬家(今後飼う予定の方)を対象とした犬のしつけ講習会です。トレーナー犬によるデモンストレーションと正しいしつけの仕方をご紹介します。	6月頃	未定 13:30- 15:30 (予定)	1回	20人	中学生以上の方	会議室 屋外 施設	500円	広報等でお知らせいたします
2	フラワーアレンジメント	季節に合わせたフラワーアレンジメント教室を開催します。	12月頃	土 or 日 10:00- 12:00 (予定)	1回	16人	高校生以上の方	会議室	3,000円	広報等でお知らせいたします

※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)

(鶴沼運動施設事務所)

※「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、市外の方もお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	体験教室 障がい者ふれあいテニス	初心者から参加できる体験型の教室です。興味のある方ぜひお気軽にご参加ください。	4/14	土	9:30-11:00	1回	12人	障がいのある方で初心者から初級者対象	八部公園 テニスコート (人工芝)	無料	3/24(土) 9:30から先着順 電話または来館
2	障がい者ふれあいテニス	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。	4/21,28 5/12,19 6/2,9 (予備日6/16,23,30)	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	3/24(土) 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。	4/20,27 5/11,18,25 6/1,8,15,22,29 10/5,12,19 11/2,9,16,30 12/7,14,21 1/11,18,25 2/1,8,15,22 3/1,8,15	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 (日程が変更する場合あり) 電話受付13:00から

### ■鶴沼運動施設(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 グループ	大人 500円 中学生 200円	事前に電話または 来館にて予約
	トレーニング登録講座(併用) ※個人利用との併用になります		毎月 平日 7回程度 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。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(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		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
4	スタジオプログラム (4~6月)	トレーニングルーム登録者専用プログラムです。ヨガやピラティス、エアロビクス、体幹トレーニングなど、どなたでも気軽に楽しめる運動を実施します。	4月~6月 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・夜間) 7月~3月	30分- 45分	1回	18人~ 30人	トレーニング登録者	2階 ロビー	入場料 のみ	実施日時に直接来館 ※実施時間の1時間前から受付 受付時間変更の場合有り
	オープン教室 スタジオプログラム (7~3月)		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・夜間)				どなたでも参加できます			

※7月から有料となります。  
料金等についてはP9をご参照ください。

## 【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があります) 来館受付8:30から 電話受付19:00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？	4/19,26 5/10,17,24,31 6/7,14,21,28 10/11,18 11/1,8,15,22,29 12/6,13,20 1/10,17,24,31 2/7,14,21,28 3/7,14	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があります) 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。	5/8,15,22,29 6/5,12,19,26	火	13:50- 15:00	8回	24人	18歳以上の方(クロールで25m以上泳げる方)	プール	7,200円	申込受付4/17～22来館 公開抽選4/24(火) 各教室10:00から順次行います
3	腰痛教室 ～予防のために～ 水曜①	陸上運動や水中運動で筋力の向上、関節の可動域の向上を目指し、腰痛の予防を目的とした教室になります。この教室を基本とし運動習慣を身につけ健康な体づくりをしていきましょう！	5/9,16,23,30 6/6,13,20,27 7/4	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	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！	5/9,16,23,30 6/6,13,20,27	水	19:00- 20:15	8回	24人	18歳以上の方	プール	7,200円	
5	腰痛教室 ～予防のために～ 金曜①	陸上運動や水中運動で筋力の向上、関節の可動域の向上を目指し、腰痛の予防を目的とした教室になります。この教室を基本とし運動習慣を身につけ健康な体づくりをしていきましょう！	5/11,18,25 6/1,8,15,22,29 7/6	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	
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！	5/11,18,25 6/1,8,15,22,29	金	12:50- 14:00	8回	24人	18歳以上の方	プール	7,200円	
7	相模女子大学連携事業 ～健康水中運動教室～	水中運動で楽しく体を動かしましょう！教室の1回目と9回目に体力測定を実施し、運動の効果も測ります！	10/5,12,19 11/2,9,16,30 12/7,14,21	金	19:00- 20:00	10回	20人	18歳以上の方	2階 ロビー 会議室 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。(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。

(八部公園プール)

### 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	腰痛教室 ～予防のために～ 金曜②	陸上運動や水中運動で筋力の向上、関節の可動域の向上を目指し、腰痛の予防を目的とした教室になります。この教室を基本とし運動習慣を身につけ健康な体づくりをしていきましょう！	10/12,19 11/2,9,16,30 12/7,14,21	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	申込受付9/18～23来館 公開抽選9/26(水) 各教室10:00から順次行います
9	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！	10/12,19 11/2,9,16,30 12/7,14	金	12:50-14:00	8回	24人	18歳以上の方	プール	7,200円	
10	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。	10/16,30 11/6,13,20,27 12/4,11	火	13:50-15:00	8回	24人	18歳以上の方（クロールで25m以上泳げる方）	プール	7,200円	
11	腰痛教室 ～予防のために～ 水曜②	陸上運動や水中運動で筋力の向上、関節の可動域の向上を目指し、腰痛の予防を目的とした教室になります。この教室を基本とし運動習慣を身につけ健康な体づくりをしていきましょう！	10/17,31 11/7,14,21,28 12/5,12,19	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	
12	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！	10/17,31 11/7,14,21,28 12/5,12	水	19:00-20:15	8回	24人	18歳以上の方	プール	7,200円	
13	腰痛教室 ～予防のために～ 水曜③	陸上運動や水中運動で筋力の向上、関節の可動域の向上を目指し、腰痛の予防を目的とした教室になります。この教室を基本とし運動習慣を身につけ健康な体づくりをしていきましょう！	1/16,23,30 2/6,13,20,27 3/6,13	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12/4～9来館 公開抽選12/11(火) 各教室10:00から順次行います
14	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！	1/16,23,30 2/6,13,20,27 3/6	水	19:00-20:15	8回	24人	18歳以上の方	プール	7,200円	
15	腰痛教室 ～予防のために～ 金曜③	陸上運動や水中運動で筋力の向上、関節の可動域の向上を目指し、腰痛の予防を目的とした教室になります。この教室を基本とし運動習慣を身につけ健康な体づくりをしていきましょう！	1/18,25 2/1,8,15,22 3/1,8,15	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	
16	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！	1/18,25 2/1,8,15,22 3/1,8	金	12:50-14:00	8回	24人	18歳以上の方	プール	7,200円	
17	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。	1/22,29 2/5,19,26, 3/5,12,19	火	13:50-15:00	8回	24人	18歳以上の方（クロールで25m以上泳げる方）	プール	7,200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 クロール背泳ぎマスター編 水曜	クロールを中心に練習し、上達によって は背泳ぎの習得も目指します。	4/18,25 5/9,16,23,30 6/6,13,20,27 10/3,10,17,31 11/7,14,21,28 12/5,12,19 1/16,23,30 2/6,13,20,27 3/6,13,20	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19:00から
2	こどもグループレッスン 息継ぎマスター編 金曜	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。	4/20,27 5/11,18,25 6/1,8,15,22,29 10/5,12,19 11/2,9,16,30 12/7,14,21 1/11,18,25 2/1,8,15,22 3/1,8,15,29	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！	5/8,15,22,29 6/5,12,19,26 7/3	火	16:00- 17:00	9回	15人	市内在住・在園の 年中児・年長児 (H24.4.2～H26.4.1生れ)	プール	8,100円	申込受付4/10～15来館 公開抽選4/17(火) 各教室10:00から順次行います
4	未就学スイム 水曜①		5/9,16,23,30 6/6,13,20,27 7/4	水	16:00- 17:00	9回	15人		プール	8,100円	
5	未就学スイム 木曜①		5/10,17,24,31 6/7,14,21,28 7/5	木	16:00- 17:00	9回	15人		プール	8,100円	
6	未就学スイム 金曜①		5/11,18,25 6/1,8,15,22,29 7/6	金	16:00- 17:00	9回	15人		プール	8,100円	

この冊子は年間予定です。日程等変更となる場合がございます。  
各事業の申込受付日時が近づきましたら「広報ふじさわ」や各施設掲示物、本財団ホームページ等にてご確認ください。

※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。

(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
7	初級こどもスイム 火曜①	水慣れからクロールの教室となります。 水泳を始めた子、水慣れ、面かぶりク ロールを練習している子どもにおすすめ の教室です。	5/8,15,22,29 6/5,12,19,26 7/3	火	17:00- 18:00	9回	24人	市内在住・在学の小学生	プール	8,100円	申込受付4/10～15来館 公開抽選4/17(火) 各教室10:00から順次行います
8	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。	5/8,15,22,29 6/5,12,19,26 7/3,10	火	18:00- 19:00	10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	
9	初級こどもスイム 木曜①	水慣れからクロールの教室となります。 水泳を始めた子、水慣れ、面かぶりク ロールを練習している子どもにおすすめ の教室です。	5/10,17,24,31 6/7,14,21,28 7/5	木	17:00- 18:00	9回	24人	市内在住・在学の小学生	プール	8,100円	
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』の平泳ぎ、 バタフライ、個人メドレーの取得を目指 すクラスとなります。	5/10,17,24,31 6/7,14,21,28 7/5,12	木	18:00- 19:00	10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	夏休みも規則正しい生活を！ 早起きして、プールで水泳教室。 少人数のクラス制で上達も早い！	8/6,7,8,9,10	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	4,500円	申込受付7/10～15来館 公開抽選7/17(火) 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	『八部公園プール』で楽しい夏の思い出 をつくろう！	8/20,21,22,23,24	月・火 水・木 金	7:30- 9:00	5回	100人		プール	4,500円	
13	未就学スイム 金曜②	夏が終わっても水泳教室を！ 今からでも遅くない！来年の夏に向けて 水泳をはじめよう！	10/12,19 11/2,9,16,30 12/7,14,21	金	16:00- 17:00	9回	15人	市内在住・在園の 年中児・年長児 (H24.4.2～H26.4.1生れ)	プール	8,100円	申込受付9/11～16来館 公開抽選9/19(水) 各教室10:00から順次行います
14	未就学スイム 火曜②	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！	10/16,30 11/6,13,20,27 12/4,11,18	火	16:00- 17:00	9回	15人		プール	8,100円	
15	未就学スイム 水曜②	『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。	10/17,31 11/7,14,21,28 12/5,12,19	水	16:00- 17:00	9回	15人		プール	8,100円	
16	未就学スイム 木曜②	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！	10/18 11/1,8,15,22,29 12/6,13,20	木	16:00- 17:00	9回	15人		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。(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。

### 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
17	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。	10/2,16,30 11/6,13,20,27 12/4,11,18	火	18:00-19:00	10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9/11～16来館 公開抽選9/19(水) 各教室10:00から順次行います
18	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』の平泳ぎ、バタフライ、個人メドレーの取得を目指すクラスとなります。	10/11,18 11/1,8,15,22,29 12/6,13,20	木	18:00-19:00	10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	
19	初級こどもスイム 火曜②	水慣れを中心とした教室でバタ足や面かぶりクロールの習得を目指します。	10/16,30 11/6,13,20,27 12/4,11,18	火	17:00-18:00	9回	24人	市内在住・在学の小学生	プール	8,100円	
20	初級こどもスイム 木曜②	水慣れを中心とした教室でバタ足や面かぶりクロールの習得を目指します。	10/18 11/1,8,15,22,29 12/6,13,20	木	17:00-18:00	9回	24人	市内在住・在学の小学生	プール	8,100円	
21	未就学スイム 火曜③	冬だけど寒くない！寒くない！ 風邪に負けない体づくりをしながら、楽しい水泳教室を！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！	1/8,22,29 2/5,19,26, 3/5,12,19	火	16:00-17:00	9回	15人	市内在住・在園の 年中児・年長児 (H24.4.2～H26.4.1生れ)	プール	8,100円	申込受付12/11～16来館 公開抽選12/18(火) 各教室10:00から順次行います
22	未就学スイム 水曜③		1/16,23,30 2/6,13,20,27 3/6,13	水	16:00-17:00	9回	15人		プール	8,100円	
23	未就学スイム 木曜③		1/17,24,31 2/7,14,21,28 3/7,14	木	16:00-17:00	9回	15人		プール	8,100円	
24	未就学スイム 金曜③		1/18,25 2/1,8,15,22 3/1,8,15	金	16:00-17:00	9回	15人		プール	8,100円	

この冊子は年間予定です。日程等変更となる場合がございます。  
各事業の申込受付日時が近づきましたら「広報ふじさわ」や各施設掲示物、本財団ホームページ等にてご確認ください。

※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)申込みを受け、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。

(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
25	初級こどもスイム 火曜③	水慣れを中心とした教室でバタ足や面かぶりクロールの習得を目指します。	1/8,22,29 2/5,19,26, 3/5,12,19	火	17:00- 18:00	9回	24人	市内在住・在学の小学生	プール	8,100円	申込受付12/11～16来館 公開抽選12/18(火) 各教室10:00から順次行います
26	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。	1/8,22,29 2/5,19,26, 3/5,12,19	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	8,100円	
27	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』の平泳ぎ、バタフライ、個人メドレーの取得を目指すクラスとなります。	1/17,24,31 2/7,14,21,28 3/7,14	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	8,100円	
28	初級こどもスイム 木曜③	水慣れを中心とした教室でバタ足や面かぶりクロールの習得を目指します。	1/17,24,31 2/7,14,21,28 3/7,14	木	17:00- 18:00	9回	24人	市内在住・在学の小学生	プール	8,100円	



各事業の申込受付日時が近づきましたら「広報ふじさわ」や各施設掲示物、本財団ホームページ等にてご確認ください。