2025年度

～福山通運ローズアリーナプール教室～

暑い日はプールでスポーツ！

夏は暑くて体を動かすのが大変そう…
そんな時はプールでスポーツを楽しみませんか？
水泳やアクアビクスで涼しく運動を楽しみましょう！
泳ぎが苦手な初心者の方も大歓迎！

対象	一般、中高年
定員	No.1　30名　No.2～6　20名 （抽選、申込数が8名に満たない場合は不開講）
日程	裏面を参照ください
場所	福山通運ローズアリーナ　50mプール
参加費	No.1・4　9,000円　No.2・3・5・6　8,000円
持参物	水着、スイムキャップ、タオル、ゴーグル
申込方法	5月12日(月)～23日(金)インターネット申込み(裏面を参照ください)
入会受付期間	当選後、5月26日（月）～5月31日（土）にお支払い

☆クレジットカード決済、コンビニ決済のみ
☆当選後4日以内にマイページにて支払方法を選択してください。
選択されない場合キャンセル扱いとなります。
☆期間内にお支払いされない場合キャンセル扱いとなります。ご注意ください。

主催・問合せ先　〒720－0804
福山市緑町２番２号　福山通運ローズアリーナ
公益財団法人福山市スポーツ協会　スポーツ推進課
TEL　084－927－9912
後援　　エフエムふくやま

2025年度　福山通運ローズアリーナプール教室日程表

《水　泳》　場所：50mプール

No. 講　座　名（講　師　名）	曜日	時　　間	実施日
1．水泳愛好者練習会 （東部スイミング財団） ♥ ♥ ♥	月	19:00～20:30	6月 … 9・16・23・30 7月 … 7・14・28 8月 … 4・25 9月 … 1
2．水中ウォーキング （火:東部スイミング財団） ♥	火	19:00～19:50	6月 … 10・17・24 7月 … 1・8・15・29 8月 … 5・26 9月 … 2
3．水中ウォーキング+アクアビクス （水:AIコーポレーション） ♥	水		6月 … 11・18・25 7月 … 2・9・16・23・30 8月 … 6・27
4．初心者水慣れ※目標25m泳ぐ （東部スイミング財団） ♥	木	9:00～9:50	6月 … 12・19・26 7月 … 3・10・17・24 8月 … 7・21・28

《アクアビクス》　場所：50mプール

講　座　名	曜日	時　　間	実施日
5．健康体力づくり （東部スイミング財団） ♥ ♥	水	9:00～9:50	6月 … 11・18・25 7月 … 2・9・16・23 8月 … 27 9月 … 3
6．やさし～ぃアクア （AIコーポレーション） ♥	火	9:00～9:50	6月 … 10・17・24 7月 … 1・8・15・29 8月 … 5・26 9月 … 2

♥　・・・基礎中心，運動量は低強度

♥ ♥　・・・初心者コース，基礎より少しレベルアップ

♥ ♥ ♥　・・・教室の受講経験がある初心者

教室参加のみなさまへ

1　受付について

・名簿を事務所横受付カウンターに置いておきますので、ご自分の名前に誤字・脱字がないか確認してください。
・参加時に、〇印を記入してください。

2　準備・片付けについて

※教室準備・片付けについては、教室設定時間内とします。

・準備片付けは、参加者みなさまでお願いいたします。
・プール種目の更衣等での入場は、教室開始10分前からとなります。
・午前９時からの教室については、午前８時５０分に正面玄関からお入りください。

3　貴重品について

・自己管理を徹底してください。ロッカー等ご利用の際は、必ずカギを掛けてください。
・更衣室内（下駄箱）での、シューズの盗難にご注意ください。荷物と一緒にロッカーへ入れてください。

4　市民活動総合補償制度について

教室中のケガ・事故はもとより教室への往復中の事故等も補償されます。万一、ケガ・事故が発生し、入・通院される場合は速やかに報告してください。

【保険内容】

●死亡　５００万円　●入院（日額）　3,０００円　●通院（日額）　2,０００円

（注）往復途上の事故も含む。（自動車事故は除く）

※テニス肘(肩)、野球肘(肩)、長年のスポーツ実施による変形性関節症など、スポーツの運動継続・反復的な身体への作用が漸次進展していった結果生じたものは、保険適用外です。

5　駐車場について

「緑町公園駐車場」をご利用ください。2時間まで無料。

6　コインロッカーについて

１００円リターン式になっています。盗難防止のため、使用の際は、必ず鍵を掛けてください。

7　そ　の　他

・お子様を連れての教室参加はできません。
・万一の事故等について、主催者は一切の責任を負うことはできません。
・各自で水分補給のための飲み物等をご準備ください。

～申込方法～

福山市スポーツ協会教室等申込システムにてお申込ください。①か②のどちらかの方法で登録ができます。

①　下のＱＲコードをスマートフォンで読み込んで会員登録

②　「福山市スポーツ協会」で検索、「事業情報」→「教室等申込システム」→「教室等申込システムの利用案内」と順にクリック、「新規登録はこちら」よりログイン画面を開きメールアドレスを入力して登録

会員登録が完了したら、希望の教室を選択し、申込をしてください。（参加の確定や情報が登録のメールアドレスに届きます、登録は無料で行えます）