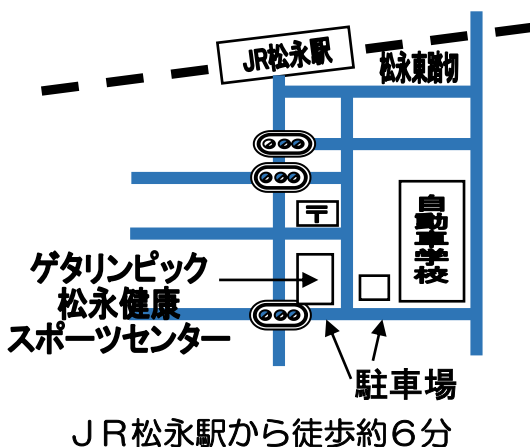


ワンコインレッスンアクアビクス 参加者募集のお知らせ

アクアビクスは、水中で行うエアロビクスです。腰や膝に負担がかからず、水の抵抗を利用して無理なく全身運動ができます。松永健康スポーツセンターでは、年間でアクアビクスレッスンを実施しています。どなたでも参加いただけますので、お気軽にご参加ください。

- 日 程 木曜日 午前 11 時 30 分～午後 0 時 10 分
午後 7 時～午後 7 時 30 分
土曜日 午前 10 時 30 分～午前 11 時 10 分
※詳しい日程は裏面にある毎月の
予定表をご覧ください。
- 参加費 1 人 500 円
- 受 付 レッスン開始 30 分前より
※レッスン終了後は、40～50 分を
目途にご退館ください。
- 持参物 水着・スイミングキャップ・タオル

案内図



☆ゲタリンピック松永健康スポーツセンター 施設の概要

○25m 温水プール（4コース）○トレーニングルーム

☆開館時間

- プール 午前 10 時～午後 9 時
○浴室・レストルーム 午前 11 時～午後 9 時
○トレーニングルーム 午前 9 時～午後 9 時

☆利用料金

- プール 中学生以下 260 円/高校生以上 510 円
3才未満無料※保護者の同伴が必要
○トレーニングルーム 中学生以上 510 円
○全施設（プール・トレーニング） 930 円
※回数券の販売もしています。（11枚綴り）
☆休館日 毎週月曜日/12月29日～1月3日

～プール利用の注意事項～

- スイミングキャップとゴーグルを着用してください。
忘れた場合、貸し出しができますが数に限りがございます。
○乳幼児、低学年、身長 130cm 以下、泳げないお子
さまは保護者と一緒に入水してください。
○直径 50cm 以上の大きな浮き輪、ボート、ビーチ
ボールなどは使えません。※ビート板貸出し有り
○プールへはタオルを持って入場してください。また、
プールから出るときは、体を拭いて出てください。

～トレーニングルーム利用の注意事項～

- 必ず屋内シューズを履いて利用してください。

～浴室・レストルーム利用の注意事項～

- 高校生以下の利用は、保護者の付き添いが必要です。
○性別の違うお子様のご利用は、小学生未満までです。
○午前 11 時まででは、ご利用いただけません。

～共通利用の注意事項～

- 飲酒、酒気帯びなど公共のルールやマナーを守らない方は利用をお断りすることがあります。
○施設周辺の道路は駐停車禁止区域です。車でお越しの際は、必ず駐車場をご利用ください。

2月の休館日

2日（月）・9日（月）・16日（月）・24日（火）



ホットヨガ 参加者募集のお知らせ

適温に調整した屋内プールのプールサイドで
気持ちの良い汗を流してみませんか？
ゆったりしたペースで行いますので初めての方
でも安心してご参加いただけます。

- 日 程 2月日（）
午前 9 時～午前 9 時 50 分
- 場 所 ゲタリンピック松永健康スポーツセン
ター屋内プール
- 定 員 25 人程度 ※先着
- 参加費 1 人 500 円 ※当日お持ちください。
- 持参物 ヨガマット・タオル・動きやすい服装・
飲み物など
- 講 師 NAOMI
- 申込み 2月日（）午前 9 時～
お電話でお申し込みください。
電話：084-934-7717

公益財団法人福山市スポーツ協会
ゲタリンピック松永健康スポーツセンター
〒729-0104 福山市松永町四丁目 14 番 1 号
電話:084-934-7717/ファックス:084-934-7718

2月 ゲタリンピック松永健康スポーツセンタープールレッスン・教室の週間スケジュール

曜日	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
火曜日						レベルアップ 水泳教室 井上一博 14:00～ 15:00			火曜日の年長・ 小学生水泳 福山ライフ サービス 16:30～17:20	火曜日の 小学生水泳 福山ライフ サービス 17:35～18:35			
水曜日			ベビー スイミング スイミー 10:30～ 11:10			水曜日の4泳法 「初級」クラス ト部聖子 13:10～ 14:10	水曜日の4泳法 「中級」クラス ト部聖子 14:20～ 15:20		水曜日の年長 から水泳 佐藤智子 加藤明美 16:30～17:20	水曜日の 小学生水泳 佐藤智子 加藤明美 17:35～18:35			
木曜日				ワンコイン レッスン はじめて アクア 古谷有里子 11:30～12:10		マスターズ水泳! 「中級」クラス 田中和男 13:30～ 14:30		幼児期からの はじめての 水泳 スイミー 15:30～ 16:15	木曜日の年長・ 小学生水泳 スイミー 16:30～ 17:20	木曜日の 小学生水泳 スイミー 17:35～ 18:35		ワンコイン レッスン はじめて アクア 古谷有里子 19:00～19:30	
金曜日			初心者水泳 世良直子 10:30～ 11:30			女性のための 健康水泳 ト部聖子 13:10～ 14:10			金曜日の年長 から水泳 佐藤智子 加藤明美 16:30～17:20	金曜日の 小学生水泳 佐藤智子 加藤明美 17:35～18:35			
土曜日			ワンコイン レッスン はじめて アクア 古谷有里子 10:30～11:10						小・中学生 「中級者」水泳 スイミー 16:45～ 17:45	土曜日の4泳法 (初級/中級) スイミー 18:00～ 19:00			
日曜日	ホットヨガ NAOMI 9:00～ 9:50	8日のみ											

ワンコインレッスンの参加方法

- ◇受付：レッスン開始30分前からの先着受付
- ◇退館：レッスン終了後40～50分を目安にご退館ください。
- ◇参加費：1人500円

※レッスン・教室開催時は、4コースのうち2コースを一般開放しています。

※トレーニングルームでの教室、レッスンはありません。※トレーニングルーム利用時間午前9時～午後9時

※色付き枠の教室は、募集制の教室です。無地の枠はフリー参加で、当日レッスン30分前からの先着受付となります。

■…募集制教室 □…フリー参加レッスン

第3期ベビースイミング2月の日程 (水) 4・18・25 午前10時30分～午前11時10分 持参物 タオル・水着・水泳帽 ※必要な場合、水遊び用おむつも

教室の日程 (火) 3・10・17 (水) 4・18 (木) 5・12 (金) 6・13 (土) 7・14・21

ワンコインレッスンの日程 (木) 5・12・19・26 (土) 7・14・21・28
--

2月の休館日 2(月)・9(月) 16(月)・24(火)

この予定は、2月15日現在のものです。これ以降状況に変化があった場合は、日程が変更になることがあります。