

2025年度（令和7年度）第1期 松永・沼隈スポーツ教室日程表

・水泳教室（こども対象）

開催場所：福山市松永健康スポーツセンター（屋内温水プール）

曜日	No	講座名	回数	定員	月 日				講師名	会費	
火	2	火曜日の年長・小学生水泳 16:30～17:20	17回	30人	4月	8	15	22	福山ライフサービス	15,300円	
	3	火曜日の小学生水泳 17:35～18:35		30人	5月	13	20	27			
6月			3		10	(17)	24				
7月	1	8	15	29							
				8月	5	19	(26)				
水	6	水曜日の年長から水泳 (年長～小学2年生まで) 16:30～17:20	18回	30人	4月	9	16	23	佐藤 智子 加藤 明美	16,200円	
	7	水曜日の小学生水泳 17:35～18:35		30人	5月	14	21	28			
6月			4		(11)	18	25				
7月	2	9	16	23	30						
				8月	(6)	20					
木	9	幼児期からのはじめての水泳 15:30～16:15	18回	15人					スイミー	14,400円 16,200円	
	10	木曜日の年長・小学生水泳 16:30～17:20		30人	4月	10	17	24			
					5月	1	8	15			22
6月	(5)	12	19	26							
7月	3	10	17	24	31						
8月	(7)										
金	14	金曜日の年長から水泳 (年長～小学2年生まで) 16:30～17:20	18回	30人	4月	11	18	25	加藤 明美 佐藤 智子	16,200円	
	15	金曜日の小学生水泳 17:35～18:35		30人	5月	2	9	16			23
6月			(6)		13	20	27				
7月	4	11	18	25							
8月	(1)	8									
土	16	小・中学生「中級者」水泳 ～平泳ぎやバタフライも習おう!～ 16:45～17:45	18回	15人	4月	12	19	26	スイミー	18,000円	
					5月	10	17	24			31
					6月	7	(14)	21			28
					7月	5	12	19			26
					8月	2	9	(23)			

☆水泳教室の持参物:水着(フード付きは禁止)・スイミングキャップ・ゴーグル・バスタオル・飲み物など

子ども参加の水泳教室では、先生に分かるようにスイミングキャップ前面に名前をお書きください。

☆教室の受付は15分前からです。

☆子ども参加の教室につきましては特別な理由がない限り施設内での観覧、待機は控えください。

☆日程表の○印は、観覧日です。当日保護者の方々は、終了時間15分前に入場してください。

☆子ども参加の水泳教室では予め水着を着用し、更衣室の利用はできる限り控えさせていただきます

ようお願いいたします。教室後は一人で着替えて貰います。練習をしておいてください。

☆施設前の道路は「駐停車禁止区域」です。送迎の際には駐車場の利用をお願いします。

☆荒天時などで開催できない日程は、講師と相談してできる限り後ろの日程に追加して開催いたします。

2025年度（令和7年度）第1期 松永・沼隈スポーツ教室日程表

・水泳教室（一般対象）

開催場所：福山市松永健康スポーツセンター（屋内温水プール）

曜日	No	講座名	回数	定員	月 日					講師名	会費
火	1	レベルアップ水泳 （25m以上泳げる方） 14:00～15:00	12回	15人	4月	8	15	22		井上 一博	10,800円
					5月	13	20	27			
					6月	3	10				
					7月	29					
					8月	5	19	26			
水	4	水曜日の4泳法① 「初級」クラス 13:10～14:10	14回	20人	4月	9	16	23	30	ト部 聖子	12,600円
					5月	14	21	28			
					6月	4	11				
	5	水曜日の4泳法② 「中級」クラス 14:20～15:20		20人	7月	23	30				
					8月	6	20	27			
木	8	マスターズ水泳！ 「中級」クラス 13:30～14:30	15回	20人	4月	10	17	24		田中 和男	13,500円
					5月	1	8	15	22 29		
					6月	5	12				
					7月	24	31				
					8月	7	21	28			
金	12	初心者水泳 10:30～11:30	18回	15人	4月	11	18	25		世良 直子	16,200円
					5月	2	9	16	23 30		
					6月	6	13	20	27		
					7月	4	11	18	25		
					8月	1	8				
	13	女性のための健康水泳 （一般女性のみ） 13:10～14:10	18回	20人	4月	11	18	25		ト部 聖子	16,200円
					5月	2	9	16	23 30		
					6月	6	13	20	27		
					7月	4	11	18	25		
					8月	1	8				
土	17	土曜日の4泳法 （初級／中級） 18:00～19:00	18回	20人	4月	12	19	26		スイミー	16,200円
					5月	10	17	24	31		
					6月	7	14	21	28		
					7月	5	12	19	26		
					8月	2	9	23			

☆水泳教室の持参物：水着（フード付きは禁止）・スイミングキャップ・ゴーグル・バスタオル・飲み物など

☆教室の受付は15分前からです。

☆施設前の道路は「駐停車禁止区域」です。送迎の際には駐車場の利用をお願いします。

☆荒天時などで開催できない日程は、講師と相談してできる限り後ろの日程に追加して開催いたします。

2025年度（令和7年度）第1期 松永・沼隈スポーツ教室日程表

・フロア教室(こども対象)

開催場所：福山市松永交流館松永コミュニティセンター（集会場など）

曜日	No	講座名	回数	定員	月	日	講師	会費
水	20	楽しいキッズ空手 5歳児（年長）～小学生 18:00～18:50	16回	15人	4月	9 16 23 30	空修会館	12,800円
					5月	14 21 28		
					6月	(4) 11 18		
					7月	2 9 16 23 30		
					8月	(20)		
土	25	こども運動チャレンジ 4歳児（年中）～小学3年生 10:10～11:10	15回	25人	4月	12 19 26	A.I.Corporation	12,000円
					5月	10 17 24 31		
					6月	(7) 14 21 28		
					7月	5 12 19 (26)		
	26	こどもの「楽しく」 キックボクシング 5歳児（年長）～小学生 11:30～12:20	15回	25人	4月	12 19 26	空修会館	12,000円
					5月	10 17 24 31		
					6月	(7) 14 21		
					7月	5 12 19 26		
					8月	(2)		

☆教室の持参物は下記↓のとおり

◎屋内シューズ（No25のみ）・運動のできる服装・汗拭きタオル・飲み物など

☆教室No20、26は「軍手」と「なわとび」も、お持ちください。

☆日程表の○印は、観覧日です。当日保護者の方々は、終了時間15分前に入場してください。

2025年度（令和7年度）第1期 松永・沼隈スポーツ教室日程表

・フロア教室（一般対象）

開催場所：福山市松永交流館松永コミュニティセンター（集会場など）

曜日	No	講座名	回数	定員	月	日	講師	会費
火	18	らく楽チェアエクササイズ 9:30～10:30	16回	20人	4月	8 15 22	山岡 絵美	12,800円
					5月	13 20 27		
					6月	3 17 24		
					7月	1 8 15 29		
					8月	5 19 26		
水	19	ビギナーズピラティス 10:00～11:00	18回	20人	4月	9 16 23 30	オフィスプロスタジオ 吉本ゆか	14,400円
					5月	14 21 28		
					6月	4 11 18 25		
					7月	2 9 16 23 30		
					8月	20 27		
	21	女性のキックボクササイズ （一般女性のみ） 19:10～20:00	16回	20人	4月	9 16 23 30	NAOMI	12,800円
					5月	14 21 28		
					6月	4 11 18 25		
					7月	2 9 16 23 30		
					8月	20 27		
木	22	木曜日の「簡単」フレイル予防 10:00～11:00	17回	15人	4月	10 17 24	古谷 有里子	13,600円
					5月	1 8 15 22 29		
					6月	5 12 19 26		
					7月	3 10 17 24 31		
					8月			
	23	心と体の健康ウェーブ・ヨガ「動」 18:30～19:20	17回	25人	4月	10 17 24	NAOMI	13,600円
					5月	1 8 15 22 29		
					6月	5 12 19		
					7月	3 10 17 24 31		
					8月	7		
	24	夜のリラックス・ヨガ「静」 19:30～20:20	17回	25人	4月	10 17 24	NAOMI	13,600円
					5月	1 8 15 22 29		
					6月	5 12 19		
					7月	3 10 17 24 31		
					8月	7		

☆教室の持参物は下記↓のとおり

◎屋内シューズ（No22のみ）・運動のできる服装・汗拭きタオル・飲み物など

☆教室No21は「軍手」も、お持ちください。

☆教室No23、24は「ヨガマット」が必要となります。