



健康的なカラダを目指して!



習い事でスイミング!  
新しいおともだちできるかな?  
子供に通わす習い事として  
人気“NO.1” 免疫力が付き、  
心肺機能の強化にも繋がります



4月から9月末までの毎週土曜日  
プール生徒児童無料開放開催中!  
対象:小学生~高校生  
※中学生以上は生徒手帳または学生証  
をご提示ください。小学生のご利用は  
25m以上の泳力が必要です。

## トレーニングルーム一部リニューアル

ストレッチスペースが変わります!!  
消毒しやすいジョイントマットを設置★  
周りの方と距離を取りながら  
快適にストレッチが出来るようになります。  
プール休館中は是非トレーニングルームも  
ご利用ください♪

新たなchallenge!  
プール・トレーニングを  
マイペースに始めよう。



## 選手育成スイミング受講生

大・大・大募集中!  
週4回/全32回のスクール期間中  
いつでも何度でもプールが  
★使いたい放題★  
大会出場やタイムアップを目標に  
一緒に練習しましょう!  
※使用できるのは一般開放日に限ります。

Instagramをはじめました  
Follow me!



Instagram

## 25mプール臨時休館のお知らせ

4月13日(水)~4月16日(土)の間中は  
25mプールの清掃を行いますので、  
プールの一般開放はありません。  
4月17日(日)からピカピカになった  
プールへ、ぜひ泳ぎに来てください♪

## 今月の健康スポーツセミナー

肩こり腰痛改善の講座と  
簡単な運動をお伝えします。

【開催日】

4月17日(日)10:30~12:00

★空き状況はお電話にて。

講師: 藤田洋一先生  
健康運動指導士

