

第5期スクールのご案内

キッズスイミング(年少~中学生)

全8回 8,800円(税込)

泳ぎの基礎を練習していきます。
レベルに応じて級があり、
対応クラスが分けられています。



選手・育成スイミング(小学生~大学生)



全32回 25,000円(税込)

県大会を目指す学生を対象に、
より細やかな指導で
タイムアップを目指すクラスです。

大人スイミング(高校生~一般)

全8回 9,800円(税込)

初めて水泳をはじめの方から
4泳法までを泳力ごとに
クラス分けし、きめ細かく
指導します。



土曜日の水泳教室(年少~小学2年生)

1回 1,500円(税込)

まだ水に慣れていないお子様向け
のスイミング! お子様1人で
先生と一緒に練習します。
平日の水泳教室に通うのが
難しい方もプールをはじめのきっかけに!



シニア向け健康教室(65歳以上)

全8回 4,600円(税込)

ストレッチや筋力トレーニングの体操をわかりやすく
解説しながら行います。楽しい脳トレで認知症も
予防しましょう!

※レッスンスケジュールや各スクールの要綱はHPをご確認ください。
※別途保険料が必要になります。

トレーニング教室(18歳以上)

全8回 4,600円(税込)

トレーニング経験の
少ない方を対象とした
教室で、基礎的な
トレーニングの方法や、
健康づくり、ダイエット
の方法なども指導します。



フィットネススクール(中学生以上)

全8回 6,000円(税込)

有料のスタジオレッスンプログラム。ZUMBA、
ピラティス、ヨガなど。

月	火	水	木	金
デトックスヨガ 10:00~11:00		ピラティス 10:00~11:00		かんたんステップ 10:00~11:00
		シェイプアップファイト 11:30~12:30	はじめてピラティス 11:15~12:15	
		シニア向け健康教室 13:00~14:00		シニア向け健康教室 14:30~15:30
		デトックスヨガ 18:00~19:00	ZUMBA 18:20~19:20	ZUMBA GOLD 18:50~19:50
夜のリラクゼーション 18:50~19:50			ピラティス 19:30~20:30	
自力整体 20:00~21:00		ZUMBA 20:00~21:00		

にこすぽ(年少~小学1年生)

全8回 5,600円(税込)

幅広い運動能力を身につけながら、友達とみんなで一
緒に体を動かすことで、周りの状況を判断する能力や、
コミュニケーション能力の向上を目指します

新規入会の方は、申込用紙に必要事項を
記入し、受講料を添えて窓口へご応募ください。

Follow me /

Instagram



Instagram更新中

キッズヨガ教室

香川県立総合水泳プールの会議室でキッズヨガ教室
を行います。ヨガは子どもの運動能力や体力を向上さ
せる身体的なメリットに加えて、自分の感情を認識し、
コントロールする精神的な発育にも役立ちます。この
機会にぜひお申し込みください!

日程: 2/1、15、22 (土)

対象は小学生

時間: 10:20~11:20 定員12名

料金: 1回1,200円

申込: お電話で可(前日の17時まで)



LINEお友だち登録はこちら

施設公式LINEに
お友達登録すると、
最新情報をチェックできます!

