

# フィットネス・トレーニング教室日程表（2025年度・第1期）

**注意事項:申込時には利用証が必要になります。**

**【募集期間】**※申込み後のクラス変更、キャンセル、返金等はありません。予めご了承ください。

①継続者申込み期間:3/3(月)11:00～3/8(土)17:00迄

(対象:2024年度第5期フィットネススクール・第5期トレーニング教室・2024年度第5期運動能力養成塾・第5期にこすぼ受講生)

②継続者クラス変更申込み期間:3/9(日)11:00～3/14(金)20:00迄

(対象:2024年度第5期フィットネススクール・第5期トレーニング教室・2024年度第5期運動能力養成塾・第5期にこすぼ受講生)

③新規者申込み期間:3/16(日)11:00～(定員に達した時点で募集締め切り)

●トレーニング教室、にこすぼ、運動能力養成塾には保険料が必要となります。保険料は現金のみの支払いになります。

曜日	教室名	担当	定員	時間	受講料/回数	対象	実施日
月	デトックスヨガ	林	16名	10:00～11:00	6,000円/8回	中学生以上	4/7・14・21 5/12・19・26 6/2・9
	夜のリラックスヨガ	Yurie	16名	18:50～19:50			
	自力整体	滝川	16名	20:00～21:00			
水	ピラティス	白玖	13名	10:00～11:00	6,000円/8回	中学生以上	4/2・16・23 5/14・21・28 6/4・11
	デトックスヨガ	林	16名	18:00～19:00			
	ZUMBA	石田	13名	20:00～21:00			
	シニア向け健康教室	福田	15名	13:00～14:00	5,600円/8回	65歳以上	
木	トレーニング教室	スタッフ	25名	10:00～12:00	6,000円/8回	18歳以上	4/3・17・24 5/8・15・29 6/5・12
	はじめてピラティス	斉藤	15名	11:15～12:15	6,000円/8回	中学生以上	
	シェイプアップファイト	篠原	10名	13:00～14:00			
	ZUMBA	佐藤	13名	18:15～19:15			
	ピラティス	白玖	13名	19:30～20:30	5,600円/8回	年少～ 小学2年生	
	子ども運動教室 プログラムにこすぼ	けいた	10名	16:45～17:45			
金	かんたんステップ	和田	10名	10:00～11:00	6,000円/8回	中学生以上	4/4・18・25 5/9・16・23・30 6/6
	いきいき元気体操	田淵	15名	11:30～12:30	5,600円/8回		
	ZUMBAGOLD	竹内	13名	18:50～19:50	6,000円/8回		
	運動能力養成塾	岡田	10名	16:00～17:00	5,600円/8回	小学1年生～ 小学4年生	

土曜日の特別教室(Spring)※申し込みは3月1日11時～から先着順

土	ZUMBA	佐藤	13名	19:00～20:00	6,000円/8回	中学生以上	4/5・12・26 5/10・17・24・31 6/14
---	-------	----	-----	-------------	-----------	-------	------------------------------------

- 各教室内容につきましては、別紙要綱をご覧ください。
- 受講料の返金はありませんので、日程や時間をご確認の上、お申込みください。(振替や還付はありません)
- 各教室の募集期間をお間違えないよう、お申込みください。都合により、日程を変更する場合があります。
- 申込者が定員に達した時点で募集は締め切りとさせていただきます。
- 翌期に教室を継続受講される方は、次回募集に優先的に申込みいただけます。
- **定員に空きのあるクラスは都度参加も可能です(1回1,500円)**

香川県立総合水泳プール  
お問い合わせ  
☎: 087-885-3821