

常願寺ハイツスポーツ公園

2023-2024 冬の特別教室

子供向け特別教室 冬の短期水泳教室 2023 水泳体験コース

①楽しい水遊び

②初心者でも安心の泳力別練習

③のびのびフリータイム

④教室の振り返り

実施日 2日間
12月16日(土)・17日(日)

対象 3歳～小学生

定員 24名

参加費 1名3,000円(税込 3,300円) ※プール利用料含む

ハイツのプールは
温かいので
ご安心ください!



ジュニア&成人 スイミングスクール

ジュニア・大人コース共に、泳力に合わせて幅広いカリキュラムで指導いたします。楽しみながらレベルアップ!

対象 各スクールの対象に準ずる 日時 各スクールの日時に準じますのでHPにてご確認ください。

スクール会員料金 月会費 5,500円
[共通] (税込6,050円)

※入会時のみ事務手数料500円(税込550円)を別途申し受けます。
※「ジュニアスイミングスクール」・「大人のプール健康教室」共通の料金です。
※各コース、定員に対して空きが少ない場合、予約が必要な場合があります。



ジュニアスイミングスクール 3歳～中学生

コース名	対象	曜日	時間
Kコース	3歳～年長	月・水・木・金曜日	15:20～16:20
Aコース	年少～中学生	月・水・木・金曜日	16:20～17:30
		土曜日	10:05～11:15
Bコース	年中～中学生	月・水・木・金曜日	17:35～18:45
	年少～中学生	土曜日	11:20～12:30
Cコース	年少～中学生	土曜日	12:35～13:45

1月～3月 ※ジュニアは2月のみ ジュニアスイミングスクール体験/大人のプール健康教室体験

お申込み まずはお電話でご予約ください。 定員 各日2名程度

参加費 1,000円(税込1,100円)

※プールのスクールは利用料として大人390円(税込)、小人110円(税込)別途必要。
※大人のプール健康教室はスクール実施日に随時体験いただけます。
※ジュニアスイミングスクールは2月のスクール実施日のみ体験いただけます。
※各コースとも、お1人様1回限りの体験とさせていただきます。
※体験当日、フロントにて申込用紙に必要事項をご記入の上、料金を添えてお申込みください。
※実施前日または定員になり次第締め切りさせていただきます。※体験日に着用する水着・キャップは自由です。



大人のプール健康教室 18歳以上 ※各コース曜日を一つ決めて頂きます。

コース名	対象	曜日	時間
水中ウォーキング	中高年向け	水曜日 金曜日	11:15～12:30
大人水泳教室	18歳以上	月曜日 木曜日	11:15～12:30
シニア水泳教室	中高年向け	水曜日 金曜日	14:00～15:15
成人水泳教室	18歳以上	水曜日 土曜日	19:15～20:30 16:15～17:30

親子ふれあいプール教室

親子のスキンシップを目的としたプール教室です。
親子での体操やプールプログラムで
楽しい時間を過ごします。

期日 木曜日 計4回
1月18日 2月15日 3月7日・21日

時間 10:30～12:30

対象 6ヶ月～3歳のお子様と保護者

定員 各日20組

参加費 各日1組1,000円
(税込1,100円)
※利用料が別途大人390円(税込)
小人110円(税込) 必要

親子のスキンシップ!



中高年からの らくらく短期水泳教室

健康づくり、肥満解消に水泳を!
まずは、水慣れ、浮き方、進み方、呼吸練習など。

期日 木曜日 計9回
1月11・18・25日 2月8・15・22日
3月7・14・21日

時間 14:00～15:15

対象 中高年水泳初心者

※25m泳げない方

定員 10名程度

参加費 12,600円
(税込13,860円)
※毎回プール利用料390円(税込)
別途必要

初心者でも
安心です!



貯筋運動教室

転倒予防、介護予防のために運動習慣を
身につけたい方の軽運動
(ストレッチ、筋力アップ体操や運動、脳トレ等)。

期日 木曜日 計9回 1月11・18・25日
2月8・15・22日 3月7・14・21日

時間 9:45～11:00

対象 一人で運動できる
高齢の方

定員 10名程度

参加費 12,600円
(税込13,860円)
※毎回施設利用料
440円(税込) 別途必要

わきあいあい
楽しく運動!



12月1日(金)
13:30から
お電話にて受付開始

※火曜日は休館日です。

- 冬の短期水泳教室2023は、12月9日(土)又は定員になり次第、締め切りとなります。電話予約後、12月9日(土)までに参加費を添えて、常願寺ハイツフロントにてお申込み下さい。
- 中高年からのらくらく短期水泳教室、貯筋運動教室は事前に電話予約いただき、教室開始前日までに参加費を添えて、常願寺ハイツフロントにてお申込み下さい。
- 親子ふれあいプール教室は、事前に電話予約いただき、教室当日に常願寺ハイツフロントにて参加費をお支払いください。※何度でも参加可能です。

複合健康スポーツ施設 富山地区広域圏事務組合

お問い合わせ

常願寺ハイツスポーツ公園

[営業時間] 月～土曜/10:00～21:00、日曜・祝日/10:00～18:00 [休館日] 毎週火曜日

TEL.076-462-1164

〒930-0265 中新川郡立山町泊新83-6
FAX:076-462-9031 info@joganji-sports.com
https://www.joganji-sports.com 常願寺ハイツ