

2023年春の特別教室

子供向け特別教室

春の水泳体験 2023

春から水泳を始めたいお友達の体験教室！
お試し1回体験を、3つの時間帯から選べます。

①楽しいコーチと練習♪ ②上達と達成感！ ③遊べる♪

実施日 2023年3月21日(火)

時間 ① 8:50～10:00 ② 10:05～11:15
③ 11:20～12:30 (各時間体操含む)

対象 3歳～小学生(水泳初心者限定)

定員 ①40名 ②③各30名

参加費 **1,000円**
(税込1,100円とプール利用料
110円の計1,210円)



ハイツのプールは温かいので
ご安心ください！

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しょう♪

曜日 木曜日不定期開催

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 **1,000円**
(税込1,100円)
※利用料が別途大人390円、
小人110円必要

日程につきましては
ホームページをご確認ください。

親子のスキンシップ！



大人向け特別教室

※2023年4月からの料金です。

中高年からの らくらく短期水泳教室

まずは、浮いてみよう♪

期間 木曜日 計9回 2023年 4月13日、20日、27日
5月11日、18日、25日
6月8日、15日、22日

時間 14:00～15:15

対象 中高年水泳初心者限定 ※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円別途必要



初心者でも安心です！

貯筋運動教室

ストレッチ、筋力アップ体操や運動、脳トレ等、
転倒予防・介護予防のために運動習慣を♪

期間 木曜日 計9回 2023年 4月13日、20日、27日
5月11日、18日、25日
6月8日、15日、22日

時間 9:45～11:00

対象 高齢者(一人で運動できる方)

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円別途必要



わきあいあい
楽しく運動！

3月1日(水)
13:30から
お電話にて受付開始

※火曜日は休館日です。

- 春の水泳体験は3月12日(日)、その他の教室は教室開始日までに常願寺ハイツフロントで参加費をそえてお申込み下さい。
 - 各教室、実施日前日(春の水泳体験は3月12日(日))または定員になり次第締め切らせていただきます。
 - キャンセルにつきましては、教室実施前日までにご連絡いただければ全額返金いたします。
- ※施設・プール利用料、親子ふれあいプール教室の参加費は令和5年3月末現在の料金です。