

藤枝市民プールで、この春始めようスイミング！

春休み短期水泳教室



2/23(土)AM9:00よりご来館先着順申込受付開始！(電話予約不可)

<低料金でも本格的指導!!>



西益津温水プール

3日間

2,500円(税込)

幼稚園新年少～小学生・中学生
水慣れ～4泳法まで



大洲温水プール

3日間

2,500円(税込)

幼稚園新年少～小学生・中学生
水慣れ～4泳法まで

藤枝勤労者体育館
☎054-635-7225

無料体験(要予約)

午前中の教室については無料託児を用意(1歳半以上)
[4月～6月]春からの教室は裏面参照

安心・安全椅子体操 3月22日(金) 10:00～11:00

膝・腰に不安があっても気軽に出来る椅子体操
です。筋肉は何歳になってもきたえられます。
まずは運動習慣を身につけて筋肉年齢若返り



ママボディメイク 毎週水曜日 11:10～12:00

子育て中の忙しいママの為に美ボディメイク教室。
産後の引き締めはもちろん健康的なボディをリ
メイクしていきます。お子様同伴なので安心



藤枝市民西益津温水プール

〒426-0021 藤枝市城南2-13-6

☎054-643-7755

藤枝市民大洲温水プール

〒426-0053 藤枝市善左衛門1-11-1

☎054-636-8899

藤枝勤労者体育館

〒426-0053 藤枝市善左衛門66-1

☎054-635-7225

申込み予約開始日:2/23(土)9:00～(ご来館先着順)

どちらのプールも
普段は出来ない、レッスン中
のお子様の写真撮影が可能です
(開始15分後から約20分間)



西益津温水プール春季短期水泳教室

コース名	実施期間	時間	受講料	定員(A・B共通)
Aコース	平成31年 3月21日(木)・22日(金)・23日(土)	8:30～9:30	2,500円(税込) /3日間	新年少10名
Bコース	平成31年 3月25日(月)・26日(火)・27日(水)	8:30～9:30	2,500円(税込) /3日間	新年中～小・中学生50名

※対象年齢:新幼稚園年少～小学生～中学生(全コース共通) ・ 無料送迎バスはありません。

大洲温水プール春季短期水泳教室

コース名	実施期間	時間	受講料	定員
Aコース	平成31年 4月1日(月)・2日(火)・3日(水)	8:50～9:40	2,500円(税込) /3日間	新年少10名、新年中・年長40名
Bコース	平成31年 4月1日(月)・2日(火)・3日(水)	16:30～17:30	2,500円(税込) /3日間	新小学1年生～中学生60名

※対象年齢:(Aコース)幼稚園年少～新年長・(Bコース)新小学1年生～中学生

西益津・大洲
共通項目

特 典

お楽しみくじ引き大会(最終日)
[プールサイド観覧有・全日開始15分後より撮影会有・写真付き認定書(コーチのコメント付き)]

申し込み方法

希望のプールまでご来館ください。(電話予約不可)

申し込み時に必要な物

受講料・印鑑(シャチハタ可)



低料金でも本格的指導!!

西益津温水プール・
大洲温水プールは
ここが違う!!

①プロの指導者がレッスンします。

水泳全国大会出場経験者や指導歴10年以上の指導者が多数在籍。
経験豊富な指導者がプールを通じてお子様の成長を応援します。

②月々8,900円(週1回コース)～の安い料金設定!

入会金や年会費、指定水着はありません。中学生部活応援コースもあります。

③毎月1回行われる進級テスト!

水慣れクラスから4泳法まで、お子様の泳力に合わせて10段階のクラス編成。
毎月行われる進級テストで、早い段階での4泳法習得も可能です。

子供・成人水泳教室新規会員募集中!

西益津温水プールは3月1日(金)10:00～新規会員予約開始!

月会費3,900円(税込)(週1回コース)～

入会金・年会費はありません。※月会費は銀行引落としとなります。

お申込み方法

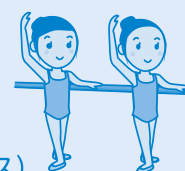
- ①引き落とし口座のわかる物
- ②引落とし口座のお届け印
- ③2ヶ月分の月会費

※曜日・時間帯によって混雑しているコースがございますので、
入会を希望されるコースが入会待ちになる場合もございます。

幼児～小学生の新年度生徒募集中!!

梶田バレエ教室

(大洲プール2Fスタジオ)



16:00～17:00(幼児クラス)
金曜日 17:00～18:00(小学生低学年対象)
18:00～19:00(小学生4年以上対象)

月会費4,320円(税込)

無料体験予約受付中!

4月～6月第1期市民健康体操教室募集

午前中のみ1歳半以上の
の無料託児有り

10回4,620円(税込)

★31年度 市民健康体操★

曜日	教室名	時 間
火	初めてエアロ+ピラティス	10:00～11:00
	ズンバ	10:30～11:20
水	ボディメイクダンス&ピラティス	10:00～10:50
	バドミントン基礎力向上	9:00～10:30
	バドミントンゲーム力向上	10:40～12:10
	健康はつつつ体操	10:00～10:50
	バランスボール	11:00～11:50
木	エンジョイエアロ+ピラティス	9:20～10:20
	初めてのバドミントン1	9:00～10:30
	初めてのバドミントン2	10:40～12:10
金	安心安全椅子体操	10:00～10:50
土	太極拳	10:00～11:30

新安心安全椅子体操 10:00～10:50 3/22無料体験実施
詳しい日程表は申込時にお渡しいたします。

※トランポウォークのみ10回 ¥5,000

曜日	教室名	時 間
火	ボディメイクピラティス	9:30～10:20
	ピラティスはじめてレッスン	10:30～11:20
	やさしいヨガ	19:00～19:50
水	セルフコンディショニングA	9:00～9:50
	セルフコンディショニングB	10:00～10:50
	ベーシックピラティス	11:00～11:50
	午後のゆったりピラティスA	13:45～14:35
木	ママリフレッシュ	9:30～10:20
	ママボディメイク	11:00～11:50
	午後のゆったりピラティスB	13:45～14:35
金	体幹コンディショニング	9:30～10:20
	リフレッシュヨガ	13:10～14:00
土	スローストレッチ	9:30～10:20
	心身バランスヨガA	10:30～11:20
	心身バランスヨガB	11:30～12:20

体と心を整える運動

4/4受付開始

印鑑・会費をもって
申込みにお越しく下さい。

9:00より
スタート

会費は釣銭のないように
お願いします

藤枝勤労者体育館 TEL 054-635-7225

フジキンキッズスポーツ教室

4,320円(税込)/月 毎週火曜 幼稚園児～小学校6年生

体育	幼児	16:00～17:00
器械体操	児童	17:00～18:00
新体操	幼児	16:00～17:00
	児童	17:00～18:00
バドミントン	児童	18:30～19:30



キッズチアダンス教室

毎週水曜 16:00～16:50
対象/幼稚園児～小学校6年生

3,080円(税込)/月

子供教室
無料体験
随時受付

藤枝市民西益津温水プール

〒426-0021 藤枝市城南2-13-6

藤枝市民大洲温水プール

〒426-0053 藤枝市善左衛門1-11-1

藤枝勤労者体育館

〒426-0053 藤枝市善左衛門66-1

☎054-643-7755

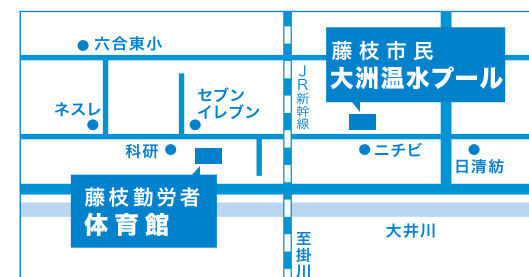
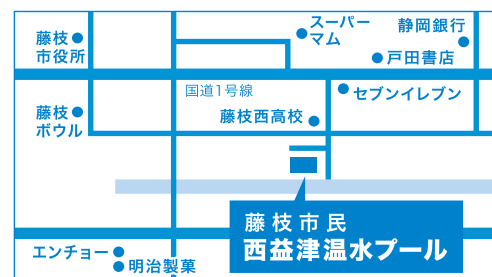
受付時間 /月～土:10:00～19:00 日・祝:10:00～16:00
※2月末まで修繕工事のため受付時間は10:00～17:30までとなります(2月24日は休館)。

☎054-636-8899

受付時間 /月～土:10:00～19:00 日・祝:10:00～16:00
※3月10日(日)は水泳大会のため休館日です。

☎054-635-7225

受付時間 /火～土:9:00～20:00 休館日 / 月曜日(祝日の場合は翌日)



指定管理者:静岡ビル保養株式会社