

★ ★ 清水町温水プール スポーツ教室案内 ★ ★

定期教室（定期回数もしくは月額制）

		教室名	対象	教室No	曜日	時間	定員	料金・回数	
子供スポーツ教室	研修室	HipHop	3歳～未就学児	2020	火	16:00～16:45	10	月 2,500円	
			1・2年生	2021		17:00～17:45	10		
			2～4年生	2022		18:00～18:45	10		
			4・5年生	2023	水	18:00～18:45	10		
			5年生～一般	2024		19:00～19:45	10		
			1・2年生	2025	金	16:00～16:45	10		
			1・2年生	2026		17:00～17:45	10		
			3・4年生	2027		18:00～18:45	10		
			5・6年生	2028		19:00～19:45	10		
					クラシックバレエ	幼児～小学生	2029		土
プール	小学生水泳教室 (水慣れ～クロール)	小学生	2116	月	16:00～17:00		20	6,000円 (全10回)	
			2117	金			40		
			2118	土			20		
	ちびっこ水泳教室 (遊びを取り入れながら安全なプール利用法の学習)	4歳～ 未就学児	2119	火		15	7,200円(全12回)		
			2120	水		15	6,000円		
			2121	木		15	(全10回)		
一般スポーツ教室	研修室	HipHop	中級クラス	2030	水	20:00～20:45	10	月 2,500円	
			一般成人	2031	金	20:00～20:45	10		
	プール		一般成人	チャレンジスイム①～③	2108	月	11:30～12:30	40	各1回 700円
				若葉水泳教室	2109	火	11:30～12:30	15	
				フィンスイム水泳教室	2110	火	14:45～15:45	15	
				成人水泳教室	2111	水	10:00～11:00	20	
				チャレンジスイム④	2112	木	13:30～14:30	20	
				さわやか水泳教室	2113	金	10:00～11:00	20	
				健康増進水泳教室	2114	金	11:30～12:30	15	
				チャレンジスイムFNS	2115	金	19:15～20:15	20	

自由教室（対象：18歳以上）☆ 登録証作成で複数参加可能 ☆

		教室名	教室No	曜日	時間	定員	料金	
研修室		骨盤エクササイズ	2001	月	9:30～10:15	12	各1回 700円	
		ピラティスストレッチ	2002	月	10:30～11:15	12		
		リフレッシュヨガ	2003	月	13:00～13:45	12		
		ZUMBA教室	2004	月	19:00～19:45	8		
		ベーシックヨガ	2005	火	9:45～10:30	12		
			2006	金	10:30～11:15	12		
		火曜初級ヨーガ	2007	火	13:30～14:15	12		
		わくわくBODYシェイプ	2008	火	14:30～15:15	8		
		フラダンス	2009	火	19:30～20:15	10		
		ボディコンディショニング	2010	水	10:30～11:15	12		
		SUIGOヨガ	2011	水	13:00～13:45	12		
		水曜フラダンス	2012	水	14:15～15:00	10		
		和みのヨーガ	2013	木	10:30～11:15	12		
		吹き矢教室	2014	木	12:00～12:45	12		
		わくわく体力アップ	2015	木	13:30～14:15	10		
		木曜初級ヨーガ	2016	木	19:00～19:45	12		
		金曜初・中級エアロビ	2017	金	9:15～10:00	8		
		金曜ピラティス	2018	金	11:45～12:30	12		
		ステップ運動	2019	金	13:30～14:15	8		
		プール		健康水中運動	2101	火		9:30～10:30
マーメイドアクア水中運動	2102			火	13:15～14:15	20		
火曜アクアビクス	2103			火	19:30～20:30	20		
パワーチェンジ水中運動	2104			水	11:30～12:30	20		
ハイドロトーン水中運動	2105			木	9:30～10:15	10	1回 1,000円	
水中運動①	2106			木	10:30～11:15	20	各1回	
水中運動②	2107			木	11:45～12:30	20	700円	

※ 教室詳細につきましては裏面をご覧ください。※

※ 新型コロナウイルス感染症の感染予防対策として教室内容・時間に変更がございます。※

清水町温水プール指定管理者 シンコースポーツ・静岡ビル保善共同事業体

清水町柿田166-1 TEL: 055-976-8711

清水町温水プール スポーツ教室注意事項

- 参加の前に検温を行います。その際に37.5度以上ある場合は利用をお断りさせていただきます。
- 更衣室内の密を防ぐため、水着を着用の上ご来館ください。（プール教室）
- 現在、2階観覧席は閉鎖されております。教室の見学はできません。その為、館内での待機が出来ません。終了時刻になりましたら玄関までお迎えをお願いします。（子供教室）
- 現在、採暖室は封鎖されております。教室終了後シャワーを浴び、身体を拭いてから更衣室に戻ります。（子供水泳教室）
- 館内や更衣室内には長時間留まることが無いようご協力をお願いします。
- お申込が募集定員より大幅に少ない時は、やむを得ず中止になる場合がございます。
- 初回時に体調チェック表をお渡しします。次回以降毎回体調を確認し提出をお願いします。
- 館内ではマスクの着用をお願いします。教室中は任意とさせていただきます。
- ヨガマット等が必要な教室は出来る限り持参して頂くようお願いいたします。
- 水泳教室終了後、一斉に更衣室に戻ると密になってしまうため週替わりで早く退水するクラスがございます。予めご了承願います。
- 館内ではお客様同士の距離を適度に確保して頂きますようお願いいたします
- お客様同士での大声・近距離での会話は控えるようお願いいたします。
- 使用した用具・備品は消毒をしてから返却をお願いします。

自由教室について

自由教室は**予約制・先着制・都度払い制**となります！

【申し込み方法】

- ご本人様から電話予約。もしくはプール窓口で直接予約、申込む際は①氏名②自由教室登録証No③連絡先（連絡がとれる電話番号）をお伝えください。
- *「自由教室登録証」は教室参加前までに清水町温水プールにて登録して下さい。
- 申し込み後にキャンセルする場合は、速やかにご連絡下さい。
- キャンセル待ちの受け入れをしますが、キャンセルが出た場合に限り電話にてご連絡いたします。
- *当プールからの電話にお出にならなかった場合は、次の方へご案内をさせていただきます。
- 教室前日の15時時点で申込が2名以下の教室は開催を見合わせます。その際は、申し込まれた方へ前日15時以降に電話連絡いたします。
- *休館日翌日の教室は休館日の前日15時まで
- 予約は8月18日より開始となります。予約可能期間9/1~9/30まで毎月1日になったら翌月分の予約を受け付けます。（12月まで）

【支払い方法】

- 教室当日の都度払い。教室用券売機で券の購入をお願いします。

【その他】

- 予約時に登録証が無い場合でも予約は可能となっております。初回時に登録をお願いします。
- 当日、自由教室登録証のナンバーを確認いたしますのでご提示ください。
- 参加料をお支払いと引き換えに教室参加カードを渡しますので、会場までお持ちください。

こども水泳教室（ちびっこ・小学生）について

【申し込み方法】

- 温水プールにある申込用紙に必要事項を記入し、お申し込み下さい。

【持ち物】

- 水着、水泳帽、ゴーグル（必要な方）、タオル、アームヘルパー（ちびっこ水泳教室のみ）受付にて随時販売しております。すでにお持ちの方はご購入の必要はございません。

【支払い方法】

- 教室当日までにプール窓口にて一括支払い

【教室当日の流れ】

「ちびっこ水泳教室」 事前に水着を着て来館 → 検温 → 体調チェック表提出 → 袋に入れたタオルを持ってプールサイドへ（更衣室からではなく、スタッフ用出入口からプールサイドへ）
教室受講 → シャワーを浴び、体を拭いて更衣室へ → 着替えて退館（保護者の方は各更衣室で着替えの補助をお願いします）

「小学生水泳教室」 事前に水着を着て来館 → 検温 → 体調チェック表提出 → 袋に入れた荷物を持ってプールサイドへ（ロッカーは使わない） → 教室受講 → シャワーを浴び、体を拭いて更衣室へ → 着替えて退館

大人水泳・Hip Hop・クラシックバレエ教室について

【申し込み方法】

- 温水プールにある申込用紙に必要情報を記入し、お申し込み下さい。

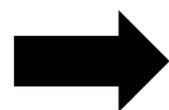
【支払い方法・当日流れ 「大人水泳教室」】

- 教室当日の都度払い。教室用券売機で券の購入をお願いします。
- 受付にて出席確認 → 検温 → 料金お支払い（券売機） → 体調チェック表提出 → 更衣室からプールサイドへ

【支払い方法・当日流れ「Hip Hop教室・クラシックバレエ教室」】

- 初月は初回レッスン時までに月謝をプール窓口（券売機）にてお支払い。それ以降は前月の最終レッスンまでに翌月分の月謝を窓口（券売機）にてお支払いとなります。
- 受付にて出席確認 → 2F 研修室へ → 検温 → 体調チェック表提出 → 受講

各教室の詳しい日程はHPをご確認下さい。



清水町温水プール指定管理者 シンコースポーツ・静岡ビル保善共同事業体
清水町柿田166-1
TEL：055-976-8711

★ ★ 清水町温水プール 自由教室日程表 ★ ★

対象：18歳以上（予約制） ☆ 登録証作成で複数参加可能 ☆

【お問い合わせ】 055-976-8711

	教室名	教室No	曜日	時間	定員	開催日程				料金		
						9月	10月	11月	12月			
研 修 室	骨盤エクササイズ	2001	月	9:30~10:15	12	7・14・28	5・12・26	2・9・30	7・14	各1回 700円		
	ピラティスストレッチ	2002	月	10:30~11:15	12							
	リフレッシュヨガ	2003	月	13:00~13:45	12							
	ZUMBA教室	2004	月	19:00~19:45	8							
	ベーシックヨガ	2005	火	9:45~10:30	12	1・8・15・29	6・13・27	10・17・24	1・8・15・22			
		2006	金	10:30~11:15	12	4・11・18・25	2・9・16・30	6・13・20・27	4・11・18・25			
	火曜初級ヨーガ	2007	火	13:30~14:15	12	1・8・15・29	6・13・27	10・17・24	1・8・15・22			
	わくわくBODYシェイプ	2008	火	14:30~15:15	8							
	フラダンス	2009	火	19:30~20:15	10							
	ボディコンディショニング	2010	水	10:30~11:15	12	2・9・16・30	7・14・28	4・11・18・25	2・9・16・23			
	SUIGOヨガ	2011	水	13:00~13:45	12							
	水曜フラダンス	2012	水	14:15~15:00	10	3・17	1・15	5・19	3・17			
	和みのヨーガ	2013	木	10:30~11:15	12							
	吹き矢教室	2014	木	12:00~12:45	12							
	わくわく体力アップ	2015	木	13:30~14:15	10	3・10・17・24	1・8・15・29	5・12・19・26	3・10・17・24			
	木曜初級ヨーガ	2016	木	19:00~19:45	12	4・11・18・25	2・9・16・30	6・13・20・27	4・11・18・25			
	金曜初・中級エアロビ	2017	金	9:15~10:00	8							
	金曜ピラティス	2018	金	11:45~12:30	12							
	ステップ運動	2019	金	13:30~14:15	8	2・9・16・30	7・14・28	4・11・18・25	2・9・16			
健康水中運動	2101	火	9:30~10:30	15								
マーメイドアクア水中運動	2102	火	13:15~14:15	20	1・8・15・29					6・13・27	10・17・24	1・8・15
火曜アクアビクス	2103	火	19:30~20:30	20	3・10・17・24					1・8・15・29	5・12・19・26	3・10・17
パワーチェンジ水中運動	2104	水	11:30~12:30	20								
ハイドロトーン水中運動	2105	木	9:30~10:15	10	11:45~12:30					20	700円	
水中運動①	2106	木	10:30~11:15	20								
水中運動②	2107	木	11:45~12:30	20								

★☆☆ 清水町温水プール 定期教室日程表 ☆☆☆

定期回数もしくは月額制の教室（教室参加には事前申し込みが必要となります。）

【お問い合わせ】 055-976-8711

	教室名	対象	教室No	曜日	時間	定員	開催日程				料金・回数
							9月	10月	11月	12月	
子供スポーツ教室	HipHop	3歳～未就学児	2020	火	16:00～16:45	10	1・8・15・29	6・13・27	10・17・24	1・8・15・22	月 2,500円
		1・2年生	2021		17:00～17:45	10					
		2～4年生	2022		18:00～18:45	10					
		4・5年生	2023	水	18:00～18:45	10	2・9・16・30	7・14・28	4・11・18・25	2・9・16・23	
		5年生～一般	2024		19:00～19:45	10					
		1・2年生	2025	金	16:00～16:45	10	4・11・18・25	2・9・16・30	6・13・20・27	4・11・18・25	
		1・2年生	2026		17:00～17:45	10					
		3・4年生	2027		18:00～18:45	10					
	5・6年生	2028	19:00～19:45		10						
クラシックバレエ	幼児～小学生	2029	土	13:30～14:15	10	5・12・19・26	3・10・17・24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	月 4,000円	
プール	小学生水泳教室 (水慣れ～クロール)	小学生	2116	月	16:00～17:00	20	7・14・28	5・12・26	2・9・30	7	6,000円 (全10回)
			2117	金		40	4・11・18・25	2・9・16・30	6・13		
			2118	土		20	5・12・19・26	3・10・17・24・31	7		
	ちびっこ水泳教室 (遊びを入れながら安全なプール利用法を学習します。)	4歳～ 未就学児	2119	火		15	1・8・15・29	6・13・27	10・17・24	1・8	7,200円(全12回)
			2120	水		15	2・9・16・30	7・14・28	4・11・18		6,000円 (全10回)
			2121	木		15	3・10・17・24	1・8・15・29	5・12		
一般スポーツ教室	HipHop	中級クラス	2030	水	20:00～20:45	10	2・9・16・30	7・14・28	4・11・18・25	2・9・16・23	月 2,500円
		一般成人	2031	金	20:00～20:45	10	4・11・18・25	2・9・16・30	6・13・20・27	4・11・18・25	
	チャレンジスイム①～③	一般成人	2108	月	11:30～12:30	40	7・14・28	5・12・26	2・9・30	7・14	各1回 700円
	若葉水泳教室		2109	火	11:30～12:30	15	1・8・15・29	6・13・27	10・17・24	1・8・15	
	フィンスイム水泳教室		2110	火	14:45～15:45	15					
	成人水泳教室		2111	水	10:00～11:00	20	2・9・16・30	7・14・28	4・11・18・25	2・9・16	
	チャレンジスイム④		2112	木	13:30～14:30	20	3・10・17・24	1・8・15・29	5・12・19・26	3・10・17	
	さわやか水泳教室		2113	金	10:00～11:00	20	4・11・18・25	2・9・16・30	6・13・20・27	4・11・18	
健康増進水泳教室	2114		金	11:30～12:30	15						
チャレンジスイムFNS	2115	金	19:15～20:15	20							