

2025年
8月
開講

平岸プール

第2期 フィットネス教室 受講者追加募集!

【開講期間】 2025年8月～2025年12月

【申込期間】 2025年7月18日(金)～定員になり次第締切

■7月18日(金)10:00より**先着順**にて受付いたします(電話のみ)。

■7月19日(土)以降は、電話・窓口にて先着受付いたします。

※追加申込は電話または窓口でのお申込みとなります(WEB申込み不可)。

【納入方法】 施設窓口で、現金にて受講料をお支払いください。

フィットネス教室【受講期間：2025/8/25～2025/12/2】：高校生以上の方								
教室名	教室No	曜日	時間帯	定員	受講料			回数
					一般	65歳以上の方	障がいのある方	
水泳のための体幹トレーニング	113	火	13:00～14:00	10	14,300円	10,400円	8,450円	13
指導員	きたに 木谷 栄美子	内容	肩甲骨と股関節のストレッチで関節の可動域を増やすとともに、体幹を鍛えることで、泳ぎ際のフォーム改善につなげます。					
はじめてのよが	114	火	10:00～11:00	14	14,300円	10,400円	8,450円	13
指導員	佐藤 尚美	内容	基本のポーズで全身を伸ばしていきます。ヨガが初めての方、体力に自信がない方もどなたでも安心して受けられるクラスです。					
れべるあっぷよが	115	水	10:00～11:00	14	14,300円	10,400円	8,450円	13
指導員	佐藤 尚美	内容	ヨガ特有のポーズや瞑想、呼吸法を学びます。落ち着いた雰囲気の中、身体をほぐすストレッチで身心共にリラックスしましょう。					
りらくすよが	116	月	10:00～11:00	14	7,700円	5,600円	4,550円	7
指導員	松井 愛沙	内容	身体をほぐしてから、基本のやさしいヨガポーズで全身を伸ばしていきます。ヨガが初めての方、体力に自信がない方もどなたでも安心して受けられるクラスです。ひと時ご自身の身体や心と向きあう時間を作りましょう。					

【その他】

- 各教室の日程表、持ち物、ご確認いただきたい事項は、当施設ホームページ「教室情報」から、各教室の「▶日程表」より「教室受講のご案内(PDF)」に記載しておりますので、ご受講前に必ずご確認いただき、受講当日に各施設へお越しください。
- ご受講をキャンセルされる場合や、やむを得ない事情(入院、海外旅行など)で納入期間内にお支払いができない場合は必ず当施設までご連絡ください。また、連絡がなく納入期間内にお支払いの確認ができない場合は電話で受講の意思を確認させていただきます。
- 追加申込・抽選で落選された方が繰り上げ当選となった場合は現金でのお支払いとなります。
- 受講料の返金については、現金または振込による対応となりますので、お申込みされた施設までお問合わせください。

【お申込みにあたって】

- 受講前後のウォームアップやクールダウンを含め、教室受講時の施設利用料は不要です。
- 記載されている金額は全て税込金額となっております。
- 65歳以上の方は受講料が減額となります。年齢確認ができるものを納入時、または教室の初回に受付にてご提示ください。
- 障がい者手帳、療育手帳をお持ちの方は、受講料が減額となりますのでご申告ください。納入時、または教室の初回に確認いたしますので、各種手帳をご持参ください。なお、受講期間中に各種手帳等の交付・返納・有効期限が切れた方は、受講施設へお問合せください。
- 記載されている教室時間は、体操や用具の後片付けを含む時間表記となっております。用具の消毒、更衣室・シャワーの混雑回避等のため、終了時間が多少前後することがございます。
- 複数教室にお申込みできますが、受講意思のある教室のみお申込みください。
- お申込みが定員に満たない場合は、開講中止または合同開催となる場合があります。その場合は申込時に記載いただいた連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスへご連絡いたします。(電話番号及びメールアドレスが変更となった方は、更新手続きをお願いいたします。)
- お申込み時に健康チェックを実施しております。必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めする場合があります。
- 教室のカリキュラムは身体機能の回復等のリハビリを目的としたものではありません。
- 感染病にかかっている方は教室の受講をご遠慮ください。
- 指導員や施設職員の指示に従わず教室の進行に支障をきたした場合は、その後の受講をお断りいたします。
- 自然災害や交通機関のトラブル、感染症の拡大予防などにより、急遽プログラムや日程の変更または中止となる場合があります。
- 教室受講者を対象とした傷害見舞金給付制度を設けております。
- 教室を辞めるお申し出があった場合は、主催者の都合による中止を除き、1教室につき500円を差し引いた残回数分の受講料を返金いたします。
- 教室の広報PRを目的として教室開催中の写真・映像等を教室募集要項・ホームページ・各種SNS等に掲載させていただく場合がございますので、その際は事前にお知らせさせていただきます。