



健康のため、始めませんか？

成人水泳教室(火曜コース、1/11~木曜コース)

成人水泳教室では初心者の方向けの指導を行っております。息つきクロールをゆっくりと長く泳ぐことを目標にした健康的な水泳教室です。息つきで2年間悩まれた方も丁寧に指導させていただき、上手に泳げるようになりました。

水泳で気分転換・ストレス発散、有酸素運動で健康な体を手に入れましょう。泳ぎの苦手な方、もっと上手に泳げるようになりたい方、大人数でわいわいと楽しい雰囲気で行っていますのでお気軽にご参加ください。

木曜日担当 森永 友貴

★中上級者向け火曜コース(夜開催)

2か月ごとにテーマ・目標を決め4泳法を練習していきます。泳ぎが上達したい方へおすすめです。

【日時】火曜日 20:05～20:45(40分)

【料金】月4回・税込8,800円(施設利用料込)

【定員】10人(定員になり次第、受付終了)

★初心者向け木曜コース(昼開催)

全12回のクロールを中心とした初心者向け泳法教室です。

【日時】1/11より毎週木曜日 13:00～13:45(45分)

【期間】1/11(木)～3/28(木)・全12回

【料金】税込13,200円(全12回分・施設利用料別)

【申込締切】1/9(火) 【最少実施人員】4人

健康づくり教室(1/16,23体験会、1/11~木曜コース、2/6~火曜コース)

水中ウォーキングを中心とした教室です。水中では膝、腰に掛かる負担が少ないので膝痛、腰痛をお持ちの方は是非ご参加ください。

体験会実施

【日時】1/16(火)・1/23(火) 13:00～13:45

【料金】410円(施設利用料) 【申込締切】参加日前々日まで

★木曜コース(全10回・1/11~3/21)

※3/14は休み

【日時】木曜日 12:00～12:45(45分)

【料金】税込11,000円(施設利用料込)

【最少実施人員】4人 【申込締切】1/9(火)

★火曜コース(全7回・2/6~3/19)

【日時】火曜日 12:00～12:45(45分)

【料金】税込7,700円(施設利用料込)

【最少実施人員】4人 【申込締切】2/3(土)



成人泳法・健康づくり、どの教室も1回体験承ります！ ただし、410円(施設利用料)がかかります。

参加お申し込みはお電話又は当館の受付でお願いします ▶ TEL.083-972-5369

小郡屋内プール 利用上の注意 点およびお知らせ



※詳しくはお電話で
お問合せください。

- ◆水泳帽・水泳着を必ず着用ください。
- ◆Tシャツ・トレーニングパンツ等、水着以外のウェアの着用はご遠慮ください。
- ◆ピアス・ネックレス・腕時計等の装飾品は必ず外してご利用ください。(金属製以外も不可)
- ◆浮き輪・ビーチボールなどの遊具はご利用になれません。
- ◆幼児(1～6歳)の利用について、保護者1名につき、2名まで小プールに入水できます。(大プールには入れません)尚、保護者の方は入館中必ず付き添っていただき、そばを離れないようにしてください。(1人でトイレに行かせる、小プールやプールサイドに1人にして保護者の方が大プールで遊泳するなどはお遠慮ください) ※オムツがとれてないお子様は、新しい紙タイプの水遊び用オムツを水着の下にご着用ください。(布タイプは不可)
- ※1歳以上3歳未満のお子様は必ずアームヘルパーをご着用ください。
- ※水泳帽・ゴーグル・幼児用アームヘルパー・セームタオルは、フロントにて販売しております。

個人利用料金 (山口市内・外共通)

すべて税込み

1回利用券	10月～5月	回数券6枚つづり	10月～5月
15歳以上の方	410円	15歳以上65歳未満	2,200円
小・中学生	310円	小・中学生	1,570円
1歳以上の幼児	無料	1歳以上の幼児	無料
65歳以上の方へ！ お得な10枚回数券		65歳以上 回数券10枚つづり	2,200円 (10月～5月)

◎詳しくは当館のホームページをご覧ください。



小郡屋内プール

スマホサイトも
ございます。ぜひ
ご覧ください→

