

水泳教室

--- 楽しく体を動かして健康づくり! ---

初心者の方も
大歓迎!教室
1

スイム&ウォーク教室

水中で楽しく歩く、泳ぐなど全身運動を実施

活動日 10/7・14・21・28・11/4・11・18・25
水曜日 13:00~14:30場 所 梁川プール 定員 20名
講 師 県北水泳連盟指導員教室
2

スイム&ウォーク教室

水中で楽しく歩く、泳ぐなど全身運動を実施

活動日 10/8・15・22・29・11/5・12・19・26
木曜日 13:00~14:30場 所 保原プール 定員 20名
講 師 県北水泳連盟指導員教室
3

アクアピクス

水中で音楽にあわせて、全身運動を実施

活動日 10/19・26・11/2・9・16・30・12/7・14
月曜日 11:00~11:50場 所 保原プール 定員 20名
講 師 川瀬芳子さん教室
4

膝・腰痛改善ウォーキング

「ウォーキング」+「ストレッチ」+「浮き身で痛みを改善」

活動日 10/9・16・23・30・11/6・13・20・27
金曜日 13:30~14:30場 所 保原プール 定員 20名
講 師 山田昭彦さん教室
5

スイミング教室

初心者から経験者まで個人にあった指導実施

活動日 10/9・16・23・30・11/6・13・20・27
金曜日 15:15~16:15場 所 保原プール 定員 15名
講 師 山田昭彦さん教室
6

水中運動教室

膝・腰・股関節などの痛み改善と体力upを目指します

活動日 10/7・14・21・28・11/11・18・25・12/2
水曜日 19:00~19:50場 所 保原プール 定員 20名
講 師 渡辺さつきさん

受講料 (全8回)

	伊達市内	市外
funスポ伊達 会員	6,000円	8,000円
funスポ伊達 非会員	8,000円	10,000円

必要事項

- ・受講料に加えて別途入館料が必要となります。
伊達市プール会員証をご提示いただくことで無料となります。
受付にて有効な会員証をご提示ください。
- ・市民プール会員とfunスポ伊達会員は異なります。
- ・申込が少ない教室は開講しない場合がございます。

申込方法

- 1 申込フォームから・または直接プールへ
来館し申し込みをする。
- 2 プールから連絡
実施可否判断後会費、受講料等の
連絡を送信します。
- 3 受講料納入
支払い方法を確認して指定期間内に納入してください。



秋クール申込期間

8月24日(月)~9月7日(月)

- ・申し込みは先着順となります。
- ・一旦納入いただいた受講料は原則として返戻できません。
- ・市内料金は伊達市内在住または在勤者となります。
- ・教室の様子を弊社SNS等に投稿する場合がございます。

秋クール開講にむけて無料体験会開催します(会場:保原プール)

教室① アクアピクス

日時 8/31(月) 11:00~11:50 定員 20名



教室② 膝・腰痛改善ウォーキング

日時 9/3(木) 13:30~14:30 定員 20名



教室③ スイミング教室

日時 9/3(木) 15:15~16:15 定員 15名



無料体験会申し込み方法

8月17日(月)~受付開始

- 定員になり次第締め切らせていただきます。
- 電話もしくは保原プールまで直接お申し込みください。
- ・おひとり様1教室までとなります。



教室のお問い合わせはこちら

梁川プール

伊達市梁川町南町頭18

☎ 024-577-4161

(受付時間: 10:00~17:00)

休館日: 月曜日



保原プール

伊達市保原町字舟橋237番地6

☎ 024-572-7222

(受付時間: 10:00~17:00)

休館日: 火曜日



funスポ伊達のお問い合わせはこちら

(一社) 伊達市振興公社 スポーツ健康部

伊達市保原町大泉字宮脇265番地

(保原総合公園管理事務所内)

☎ 024-597-8015

(受付時間: 8:30~17:00)

