



午年♪ **新年体験 水泳教室**

2026 飛躍の年となりますように、楽しく運動しませんか？



教室名	開催日	時 間	定 員	受講料 (入場料込)	対 象	内 容	担当	場所	受付開始日
アクアズンバ 夜初開催	1月7日(水) 承認No35269	10:30~11:15	40名程度 (全面使用)	1回45分 520円	中学生 以上	音楽に合わせてカラダを動かそう♪ 運動が苦手な方でも大丈夫！ 楽しくお正月太りを解消しよう♪	K.CHIKA	25m プール	12月10日(水) 9時~
	1月15日(木) 承認No35351	19:30~20:15	32名程度						12月17日(水) 9時~
初泳ぎスイムアドバイス 	◎水曜日コース 1月14日・21日	① 9:30~10:30 ② 10:30~11:30	6名 6名	1回60分 720円		少人数で気になる泳ぎを ワンポイントアドバイスします！ ご都合の良い日時を選べます♪ 全6回の内、最大4回参加可能 残り2回は、キャンセル待ちで 予約可能です	森 藤井		25m プール
	◎木曜日コース 1月15日・22日	① 13:30~14:30 ② 14:30~15:30	6名 6名				築田		
	◎金曜日コース 1月16日・23日	① 13:30~14:30 ② 14:30~15:30	6名 6名						
	アクアヌードルを使って 泳いでみよう 	1月14日(水)	13:30~14:30			12名		1回60分 520円	
体験！マイルド筋トレ ※小ホールで開催 水中ではありません	1月16日(金)	10:00~11:00	12名	1回60分 720円		普段、運動をしてなくても無理なく できる筋トレや運動を行います。 	陶山	小 ホール	12月10日(水) 9時~
リフレッシュ 水中ウォーキング	1月21日(水)	13:30~14:30	15名			浮力や抵抗のあるプールで 肩・腰・膝に負担なく様々な 歩き方でリフレッシュ！ 		25m プール	
親子水泳教室 	1月12日(月) 祝日 成人の日	11:30~12:15	11組	1回45分 830円		3歳以上の 子1名と 保護者1名	水慣れ~バタ足初歩など初めてのプールも親子 で安心して楽しく練習できます！		

♪ 教室時間を含めて前後2時間フリー利用できます ♪

※9:30~クラスは教室後のみフリー利用可

※アクアズンバ(1/7)は教室後30分25mプールのみフリー利用可



公益財団法人 倉敷市スポーツ振興協会

倉敷市屋内水泳センター

お申込は窓口またはお電話で受付できます♪お申込はお早めに♡

◆申込・問合せ先◆

【住所】 倉敷市新田2458 (倉敷市役所東隣)
【TEL】 (086) 424-9192 (代表)・9344 (教室専用)
【定休日】 毎週火曜日 【HP】 <https://www.k-sports.or.jp>