

# 白石町有明スカイパーク ふれあい郷 受講生募集お知らせ

受付開始 令和7年4月16日(水) 10:00~

## 水中フィットネス

~こんな方、大歓迎~

高血圧、血糖値(生活習慣病等)が気になる方や腰痛、膝の痛みがある方。健康目的に運動を始めたい方、ぐっすり寝つけない方。

実施期間：令和7年5月14日~  
令和7年7月2日まで  
日程：毎週水曜日/全8回(2節)  
時間：10:30~11:30  
受講対象者：成人  
受講料：1節(4回) 3,000円  
※別途初回のみ 保険料1,000円  
定員：20名程度



## 成人スイミング

~初心者、大歓迎~

泳げない方でもお気軽に参加できます。

※競技目的の内容ではありません。

実施期間：令和7年5月14日~  
令和7年10月8日まで  
日程：毎週水曜日/全16回(4節)  
時間：13:30~14:30  
受講対象者：成人  
受講料：1節(4回) 一般5,000円/シニア4,000円  
※シニアは60歳以上から  
※別途初回のみ 保険料1,000円  
定員：5名程度



※心身ともに健康で体調に不安のない方で、血圧が160mmHg未満の方。

## 小学生スイミング

~初心者、大歓迎~

泳げない方でもお気軽に参加できます。

※競技目的の内容ではありません。

実施期間：令和7年5月14日~  
令和7年10月8日まで  
日程：毎週水曜日/全16回(4節)  
時間：16:00~17:00  
受講対象者：小学生  
受講料：1節(4回) 4,000円  
※別途初回のみ 保険料1,000円  
定員：15名程度



## キッズ・スイミング

~顔がつけられないお子様、大歓迎~

水慣れを中心として、水が苦手な泳げないお子様も気軽に参加できます。

※競技目的の内容ではありません。

実施期間：令和7年5月15日~  
令和7年10月9日まで  
日程：毎週木曜日/全16回(4節)  
時間：16:00~17:00  
受講対象者：幼児(年中・年長児)  
受講料：1節(4回) 4,000円  
※別途初回のみ 保険料1,000円  
定員：10名程度



※小学生・キッズの送迎は保護者の方でお願いいたします。  
※夏休み期間中は全て休講となります。

問合せ先：白石町有明スカイパークふれあい郷

電話番号：0954-65-3366

営業時間：10:00~21:00(休館日：毎週月曜日)

※電話での申込みはできません。(※裏面もご覧ください。)