

新規教室 開講致します！

こどもリズム体操教室

○中学校で必修科目となったダンス。幼少期から体操の基本を学び、リズムに乗りながら簡単なダンスが習得できるように指導します。体を使って表現する力を養うことでコミュニケーション能力の向上にもつながります。目指せ！未来のダンスマスター！！
※幼児の部と小学校低学年の部に分けて実施致します。



幼児の部【対象：3歳～6歳】

開催日		受講料
①毎週水曜日 17:45～18:30	②毎週土曜日 10:30～11:15	3回コース 2,500円

小学校低学年の部【対象：7歳～9歳】

開催日		受講料
①毎週水曜日 18:45～19:30	②毎週土曜日 16:15～17:00	3回コース 2,500円

※上記の時間であれば好きな曜日に参加OKです！回数を超えたら1回500円で追加できます♪

ヨガ教室【対象：成人】

○精神の集中を図り、しっかりと呼吸法でストレッチや筋肉トレーニングを行います。体調を整え、代謝を上げることで太りにくい体を作りましょう！
初めての方、大歓迎です！どなたでもできるように運動強度を調節しながら実施します。



開催日		受講料
①毎週水曜日・金曜日 14:45～15:45	②毎週日曜日 9:30～10:30	3回コース 2,500円 ※シニア料金 2,000円

※上記の時間であれば好きな曜日に参加OKです！回数を超えたら1回500円で追加できます♪

上達するよろこびを
 笑顔にのせてとどげます！

こちらは体験教室のご案内です！

成人上級水泳体験教室

○マスターズスイマーたちよ、あつまれ～
スタート、ターンを中心にレースで力を発揮できるように指導します。今年はまだ少しばかりです…けれども来年はこれを足がかりにしてさらなる記録を目指そう！ゆうえい館でもスゴ腕のコーチが担当します。ご期待ください！



！スゴ腕……？

開催日	時間	受講料
12月 25(水)・26(木)・27日(金)	19:45～20:45(※)	2,500円

※当館の営業時間は20:00までですが、開催日当日、上記教室受講者は20:45までプール利用可能です(21:00退館厳守となります)。

○各種教室受講料はすべて一ヶ月単位で入館料が含まれた金額となっております。参加申し込みはゆうえい館窓口か電話でご予約ください。○どの教室も定員10名までとなっております。定員になり次第、締切とさせていただきます。

お問合せ・ご連絡先

平川市屋内プール「ゆうえい館」
指定管理者 NPO 法人平川市体育協会

ゆうえい館 スイミングスクール

〒038-0101 青森県平川市碓ヶ間高田 20-3
 TEL 0172-49-5181/FAX 0172-46-9685
 【お問合せ時間】 平日 13:00～20:00
 土日/祝日 9:30～20:00
 ※火曜日は、休館日です。
 (火曜日が祝日の場合は両館し、翌日の水曜日が休館日となります。)
 平川市体育協会ホームページ <http://www.hirakawafalkyou.com>

他の教室(成人・子供水泳、アクア)も随時開催しております！
申込・お問い合わせについては気軽にお電話ください！

