

第3期 スポーツ教室 (各全10回)

場所 健康増進センター内プール

内容 水中運動で身体機能訓練・心身のリラクゼーションおよび介助の方法の学習

対象 市内在住・在勤・在学者 (定員に満たない場合は市外でも可)

受講料 各500円

申込・問合せ

12月12日(出)~22日(火)に受講料を持参しスポーツ推進課へ

コース	対象	開催日	時間	定員 (先着順)
のびのび スイム①	水中運動が適応する身体 障害のある人と介助者	来年1月9日~ 3月27日の 毎週土曜日	15:45~ 16:35	6組
のびのび スイム②Jr.	水中運動が適応する知的 障害のある3歳~中学生 と介助者		14:15~ 15:00	10組
のびのび スイム②	水中運動が適応する知的 障害のある高校生以上と 介助者		14:45~ 15:35	10組

注意

- 申込者が少ない場合は、教室を中止することがあります。
- 現在、妊娠している人は受講できません。また、受講期間中に妊娠していることがわかった場合は、その時点で受講を辞退していただきます。

スポーツ

スポーツ推進課 (J:COM末広体育館 [市民総合体育館] 内)

☎462-2000 Fax469-2286

受付: 午前9時~午後5時15分

(休館日と土・日曜日以外の祝日除く)

※電話はおかけまちがいのないようにご注意ください。



第3期キッズスポーツ教室

土曜日の午後は軽スポーツで楽しみませんか。スポーツ推進委員協議会のスタッフが指導します。

開催日 来年1月16日(土)・23日(土)・30日(土)、2月6日(土)・20日(土)、3月6日(土)(全6回)

場所 J:COM末広体育館 (市民総合体育館)

内容 軽スポーツ(マット運動、ボール運動、リズム体操など)

時間 午後2時~3時

対象 4歳~就学前の子どもと保護者

定員 20組(先着順)

受講料 1組1,200円(傷害保険料含む)

※子どもや保護者が2人以上参加する場合は1人につき600円追加

【Bコース】

内容 ショートテニス

時間 午後3時15分~4時15分

対象 小学生

定員 30人(先着順)

受講料 600円(傷害保険料含む)

主催 泉佐野市スポーツ推進委員協議会

後援 公益財団法人ライフスポーツ財団

申込・問合せ 12月12日(出)~22日(火)(休館日除く)に受講料を持参し、スポーツ推進課(☎462-2000)へ

※定員に満たない場合は随時受付

健康増進センターをご利用ください!

問合せ 健康増進センター (☎469-1000 Fax469-6666 http://www.izumisano-c.jp/kenko/)

J:COM末広体育館 (市民総合体育館)・

健康増進センターをご利用ください!

問合せ 健康増進センター (☎469-1000 Fax469-6666

http://www.izumisano-c.jp/kenko/)

利用者	プール	トレーニング	ランニング
一般 (高校生以上)	1回 620円 (月極6,200円)	1回 410円 (月極4,100円)	1回 210円
高齢者 (60歳以上の市内在住者)	1回 310円 (月極 3,100円)	1回 210円 (月極 2,100円)	1回 110円
3歳~中学生		※小学生以下利用不可	

※障害者手帳を持っている人は無料です。表示料金はすべて税込です。

◆トレーニングジム初回講習会 (事前予約制)

時間	定員	料金
11:00~12:00	各2人	620円
19:00~20:00		

※料金はトレーニングジム利用料含みます。障害者・介助者も初回講習会は有料です。

