

2024年 3月 ~ 4月

# レッスン・スケジュール



仙台市今泉運動場・温水プール

指導運営：セントラルスポーツ

		月	火	水	木	金	土	日
AM 午前	10:00						10:00~12:00	
	10:30~11:30	やせたい人の 水中運動 水戸	10:30~12:00 ヨガ 談話室 水戸	10:30~11:30 成人 スイミング 小野・菊地	10:30~11:30 やせたい人の 水中運動 水戸	10:30~11:30 成人 スイミング 小野・菊地	児童テニス 後藤	
	12:00					成人テニス 飛内		
PM 午後	13:00							
	14:00							
	15:00							
PM 午後	16:00							
	16:30~17:30	ジュニア スイミングⅠ 小野・菊地・東海林		16:30~17:30 ジュニア スイミングⅡ 菊地・谷澤・小野	16:30~17:30 ジュニア スイミングⅠ 小野・菊地・東海林	16:30~17:30 ジュニア スイミングⅡ 菊地・谷澤・小野		
	17:30~18:30	ジュニア スイミングⅢ 小野・菊地・東海林		17:30~18:30 ジュニア スイミングⅣ 菊地・谷澤	17:30~18:30 ジュニア スイミングⅢ 小野・菊地・東海林	17:30~18:30 ジュニア スイミングⅣ 菊地・谷澤		
18:00								
19:00								

3月	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
カレンダー	○	ヨガ	○	○	○				○	○	○	○	テニス						○	○	テニス			○	○	休講	テニス	
○レッスン日	○		○	○	○				○	○	○	○	テニス						○	○	テニス			○	○	休講	テニス	
○短期日																休館								短期	短期	短期		

4月	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
カレンダー	○	休講	○	○	○	テニス			○	○	○	○	テニス						○	○	テニス			○	○	○	テニス	
○レッスン日	○		○	○	○				○	○	○	○	テニス						○	○	テニス			○	○	○	テニス	
○短期日																休館												
		○													休講	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

## お知らせ

① 成人スクールの皆さんへ  
 ♪ プールに入る際は、化粧・整髪料を落としてから入りましょう。  
 ♪ 荷物はロッカーにしまい、カギを掛けましょう。  
 ♪ 時計・アクセサリー類・眼鏡をはずして入りましょう。  
 ♪ レッスン前後のプール使用はできません。  
 入場券を購入の上、ご利用ください。

② よいこのみんなへ  
 おおきなこえで、あいさつをしましょう。  
 れんしゅうのときは、おはなしをよくきいて、がんばりましょう。  
 ☺ にもつは、ロッカーにしまい、かぎをかけましょう。  
 ☺ プールからあがったあとは、シャワーをあび、かみのけをかわかしてから、かえりましょう。  
 ☺

\* 詳しくは施設までお問合せ下さい。  
 ♪ 今泉運動場のホーム・ページもご覧下さい!  
[http://www.yokobs.net/site\\_kanri/imaizumi.html](http://www.yokobs.net/site_kanri/imaizumi.html)

各種スクール1回体験1,100円にて募集中!!  
 春休み短期水泳教室募集中!!  
 3/27~3/29 13:30~14:30 3,300円 定員30名

## レッスン内容

場所・期間	内容
ジュニアスイミングスクール 温水プール (年間)	成長期における身体のバランスの良い発達を水泳で促します。総合運動と集団行動の中で正しい礼儀を身に付け、心身の健全な発達を促進します。
成人スイミングスクール "	大人の方を対象にした、水泳のレベルアップのためのコースです
やせたい人の水中運動 "	泳ぐのはちょっとと思っている方へ、楽しい水中運動で、キレイをめざそう!