

2024年 1月 ~ 2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		

短期 コース	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							

1月	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
カレンダー	8日	9日 ヨガ	10日	11日	12日	13日	14日
○レッスン日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
○短期日	22日	23日 ヨガ	24日	25日	26日	27日	28日
	29日	30日 ヨガ	31日				

2月	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
カレンダー	12日	13日 ヨガ	14日	15日	16日	17日	18日
○レッスン日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
○短期日	26日	27日 ヨガ	28日	29日			

## 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/sitei\\_kanri/imaizumi.html](http://www.yokobs.net/sitei_kanri/imaizumi.html)

令和5年12月28日～令和6年2月29日まで長期休館  
 の為、プール教室・テニス教室は、お休みです。

各種スクール1回体験1,100円にて募集中！！

## 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！