

「袋井B&G海洋センター」スポーツプログラム受講者募集

●キッズプールプログラム 期間 4月12日(月)～10月5日(火) 全18回

プログラム名	対象	曜日	時間	定員	内容
年少(木)	平成18年4月～ 平成19年3月生まれ	木	午後3時55分～4時55分	30人	楽しく遊びながら水慣れします。
年少(土)		土	午前11時30分～午後0時30分	25人	
年中(水)	平成17年4月～ 平成18年3月生まれ	水	午後2時50分～3時50分	40人	楽しく遊びながら水慣れし、段階に応じてクラスに分かれ、泳ぎの基本を覚えます。
年中(金)		金		40人	
年中(土)		土	午前10時25分～11時25分	40人	
年長(木)	平成16年4月～ 平成17年3月生まれ	木	午後2時50分～3時50分	40人	
年長(土)		土	午後0時35分～1時35分	40人	
幼児A	年少・年中・年長	月	午後2時50分～3時50分	30人	
幼児B			午後3時55分～4時55分	30人	
キッズアクアA	年少・年中	火	午後2時50分～3時35分	25人	小プールで音楽を使って楽しくリズム遊びをしたり、遊びを通して水慣れしたりします。
キッズアクアB			午後3時40分～4時25分	25人	
小学生(土)	小学生の初心者	土	午前9時20分～10時20分	45人	水慣れや泳ぎの基本を覚えます。
小学生B(土)	小学生		午前11時30分～午後0時30分	30人	クロールの息つき、背泳ぎの導入 ※面かぶりクロールができる子どもが対象
ベビースイミング(火)	平成20年4月～平成21年 9月生の子どもと保護者	火	午前10時30分～11時15分	15組	赤ちゃんの発育・発達やママの運動不足解消に、親子で楽しく水遊びをします。
ベビースイミング(木)		木	午前11時30分～午後0時15分	15組	
親子スイム	平成19年4月～平成20年 3月生の子どもと保護者	金	午前10時25分～11時25分	20組	親子で楽しく水遊びをします。

●中学生以上初心者向けプールプログラム 期間 4月12日(月)～10月4日(月) 全18回

プログラム名	対象	曜日	時間	定員	内容
ビギナースイム(月)	中学生以上 の方	月	午後7時30分～8時15分	10人	水泳が初めての方や、泳ぎの基本を学びたい方などを対象に、水慣れや泳ぎの基本を覚えます。
ビギナースイム(木)		木	午前10時35分～11時20分	10人	
ビギナースイム(金)		金	午後1時45分～2時30分	10人	

●成人プールプログラム 期間 4月15日(木)～9月30日(木) 全18回 対象 20歳以上の方

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
ファーストステップスイム(木)(旧初級(木))	木	午前9時30分～10時30分	20人	クロール、背泳ぎで25m完泳を目指し、平泳ぎの基礎を覚えます。
ファーストステップスイム(金)(旧初級(金))	金	午後7時30分～8時30分	20人	
いきいきレディーススイム(水)(旧中級(水))	水	午前10時35分～11時35分	25人	クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライでの完泳を目標に、泳力の向上を目指します。
エンジョイスイム(木)(旧中級(木))	木	午後7時30分～8時30分	20人	
水中運動&スイム(木)	木	午前10時35分～11時35分	20人	1時間のうち、前半は水中歩行・水中運動、後半は泳ぎの基礎を覚えます。
水中運動&スイム(金)	金	午後1時45分～2時45分	20人	

●成人プールプログラム 期間 4月14日(水)～9月29日(水) 全36回 対象 20歳以上の方

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
10歳若返り教室(週2回コース) (旧水中運動 週2回コース)	水・金	午前9時10分～9時55分	20人	水中運動(ストレッチ・筋力トレーニング)などを行い、健康づくりを目指します。

受講料(プール使用料、保険料含む) ▽年少・年中・年長・幼児・キッズアクア・小学生・ビギナースイム・ファーストステップスイム・いきいきレディーススイム・エンジョイスイム・水中運動&スイム…11,000円

▽ベビースイミング…13,000円 ▽親子スイム…14,000円 ▽10歳若返り教室…16,000円

申込方法 袋井B&G海洋センターにある申込用紙に必要事項を記入して、お申し込みください。申込用紙は、袋井B&G海洋センターホームページ(<http://www.fukuroi-bg.jp/>)からもダウンロードできます。

申込受付 3月1日(月)午前9時～6日(土)午後8時まで

◇申し込み多数の場合は、抽選会を行います(定員に満たない場合は、市外の方も参加できます)。

☎袋井B&G海洋センター ☎43-1523 袋井市上田町267-32 (午前9時～午後9時開館、毎月第3月曜日休館)

<抽選会>

日時 3月7日(日)午後1時～

場所 袋井B&G海洋センター



**「エコパ」「静岡産業大」共催
健康講座を行います**

日	テーマ
3月 4日(木)	メタボ予防と改善方法
3月11日(木)	健康に良い歩き方
3月18日(木)	健康自己カウンセリング

時 午後7時～8時30分

所 エコパアリーナ多目的室

定員 各日30人

受講料 無料

申込方法 電話で住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

☎エコパハウス ☎41-2700



相 談

無料定例なんでも相談会

日時 3月4日(木) 午後1時30分～4時

受付 午後1時～

場所 袋井商工会議所

内容 法律、特許、融資、労務、税務などに関すること

◇相談は、商工業者が優先されます。

☎袋井商工会議所中小企業相談所

☎42-6151

**無料交通事故相談を
ご利用ください**

◇交通事故に関する相談に、専門の相談員が親切・丁寧にお答えします。

<袋井市役所>

日 第1水曜日を除く毎週水曜日(祝日は除く)

時 受付午前9時～午後3時30分

所 市役所1階第2相談室

<浅羽支所>

日 毎月第1水曜日(祝日は除く)

時 受付午前9時～午後3時30分

所 浅羽会館2階会議室

申込方法 電話で氏名、電話番号をお申し込みください。

☎地域振興課交通防犯係

☎44-3125



水泳教室を行います

● J1(5歳児(年長)～小学2年生) 全36回 ◇基礎から泳法を習得します。

コース名	定員	日	時
火曜コース	50人	4月 6日(火)～翌3月15日(火)	午後2時50分～3時50分
水曜コース	50人	4月 7日(水)～翌3月 9日(水)	午後3時55分～4時55分
木曜コース	50人	4月 8日(木)～翌3月10日(木)	午後3時55分～4時55分
金曜コース	50人	4月 9日(金)～翌3月11日(金)	午後3時55分～4時55分
土曜コース	30人	4月10日(土)～翌3月 5日(土)	午後1時50分～2時50分

● J2(小学生/初・中級コース) 全36回 ◇基礎から泳法を習得します。

コース名	定員	日	時
火曜コース	60人	4月 6日(火)～翌3月15日(火)	午後3時55分～4時55分
水曜コース	60人	4月 7日(水)～翌3月 9日(水)	午後5時～6時
土曜コース	30人	4月10日(土)～翌3月 5日(土)	午後2時55分～3時55分

● J3(小学生/中・上級コース) 全36回 ◇4泳法の基礎を身に付けます。
※クロールや背泳ぎで25m以上泳げる児童が対象

コース名	定員	日	時
火曜コース	60人	4月 6日(火)～翌3月15日(火)	午後5時～6時
木曜コース	60人	4月 8日(木)～翌3月10日(木)	午後5時～6時
金曜コース	60人	4月 9日(金)～翌3月11日(金)	午後5時～6時
土曜コース	30人	4月10日(土)～翌3月 5日(土)	午後4時～5時

対象 健康で継続して参加できる市内在住5歳児(平成16年4月～平成17年3月生まれ)または、小学生(学年は平成22年度)

所 袋井B&G海洋センター(袋井市上田町267-32)

受講料 27,060円(スポーツ保険料、プール使用料、指導料、消費税を含む)

申込日時 2月28日(日)午前10時～午後3時 ◇各コースとも、前教室受講者の継続申し込みが優先されます。

申込場所 市役所1階市民ホール

申込方法 袋井B&G海洋センターまたは、市民体育館、当日申込窓口にある申込用紙に必要事項を記入して、提出してください(1人1コースのみ)。

いずれのコースも申し込み多数の場合、抽選です。

<抽選会>日時 2月28日(日)午後3時 場所 市役所1階市民ホール

☎市スポーツ協会水泳部(火～金曜日…午前10時～午後2時) ☎41-1771

新体操教室を行います

コース	日(全45回)	時	定員	対象	所
火曜A	4月6日(火)～	午後3時～3時50分	15人	健康で、継続して参加できる 年中・年長の 女の子	月見の里学遊 館水玉プール 内フィットネ スルーム
火曜B	翌3月16日(水)	午後4時～4時50分			
木曜A	4月8日(木)～	午後3時～3時50分			
木曜B	翌3月18日(金)	午後4時～4時50分			

受講料 3,500円/月(ほかに保険料(600円)や道具代などが別にかかります)

申込日時 2月28日(日) 午前10時～午後3時

申込場所 市役所1階市民ホール

申込方法 月見の里学遊館水玉プールまたは、袋井B&G海洋センター、市民体育館、当日申込窓口にある申込用紙に必要事項を記入して、提出してください(1人1コースのみ)。いずれのコースも申し込み多数の場合、抽選です。

<抽選会>日時 2月28日(日)午後3時 場所 市役所1階市民ホール

☎NPO法人袋井コミュニケーション るんな新体操教室

(火～金曜日…午前10時30分～午後2時) ☎090-4193-8205

