

# この春から始めてみませんか? あなたの「ヤル気」を応援します!!

**甲賀B&G 受講生募集**  
平成28年度 第1期

募集期間 / 2016/2/27 (土)~3/27 (日)  
実施期間 / 2016/4/ 5 (火)~6/26 (日)

## プール教室

### 1 J1・J2・J3教室

★開催曜日 / 火曜日~金曜日  
★時間 / J1/16:10~17:10  
          J2/17:10~18:10  
          J3/18:10~19:10  
★対象 / 満3歳~中学生  
★受講料 / 週1回 12,420円 (3ヶ月11回)  
          週2回 16,200円 (3ヶ月22回)



子ども教室

楽しい水遊びから4泳法の習得、また距離やタイムをのびはしていく子どもまで、級別に応じてやさしいコーチがみんなにわかりやすく指導します。

### 2 シルバー教室

★開催曜日 / 木曜日  
★時間 / 13:30~14:30  
★対象 / 60歳以上  
★受講料 / 14,580円 (3ヶ月11回)



大人教室

和気あいあいおしゃべりしながら、ゆっくり体を動かして、健康維持増進をはかります。泳ぎと水中運動からお好きな方を選んで受講いただけます。

### 3 かんたんスイム教室

★開催曜日 / 火曜日・水曜日  
★時間 / 火曜日 10:30~11:15  
          水曜日 13:30~14:15  
★対象 / 16歳以上  
★受講料 / 10,800円 (3ヶ月11回)



大人教室

初心者の方でも気軽に水泳を始めてみませんか? フロール、背泳ぎ習得までわかりやすく指導します!

### 4 アクアビクス教室

★開催曜日 / 金曜日  
★時間 / 19:30~20:30  
★対象 / 16歳以上  
★受講料 / 14,580円 (3ヶ月11回)



大人教室

水の抵抗で運動効果バツグン!! リズムに合わせてストレス解消できて、楽しみながらシェイプアップ!

## スタジオ教室

### 5 健康からだ調整教室

★開催曜日 / 水曜日  
★時間 / 13:30~14:30  
★対象 / 16歳以上  
★受講料 / 13,500円 (3ヶ月11回)



大人教室

肩こり、腰痛などを予防して、バランスのとれた体づくりを目指しましょう。

### 6 ストリートダンス教室

★開催曜日 / 土曜日  
★時間 / 20:00~21:00  
★対象 / 小学3年生以上  
          及び経験者  
★受講料 / 10,800円 (3ヶ月11回)



子ども教室

フリースタイル、ブレイクダンスなど様々なダンスを踊ってみよう! みんなで楽しくLet's dance!

### 7 ヒップホップ教室

★開催曜日 / 木曜日・金曜日  
★時間 / 入門(木) 16:50~17:35、(金) 16:00~16:45  
          基礎(木) 17:40~18:40、(金) 16:50~17:50  
          応用(木) 18:45~19:45、(金) 17:55~18:55



子ども教室

★対象 / 裏面の表を参照  
★受講料 / 入門 / 9,720円 (3ヶ月11回)  
          基礎・応用 / 10,800円 (3ヶ月11回)

音楽に合わせてリズムをとることからはじめます。さあ、みんなで楽しく元気いっぱいおどろよう!

### 8 スタイルアップエアロ教室

★開催曜日 / 木曜日  
★時間 / 11:00~11:45  
★対象 / 16歳以上  
★受講料 / 10,260円 (3ヶ月11回)



大人教室

初めての方でも安心! 初級エアロ&ステップエアロクラスです。インストラクターと一緒にスタイルアップ目指してみませんか?

他にも色々な教室があります! 詳しくは、裏面の通年教室スケジュールをご覧ください!

## 一般利用のご案内

スクール生のうれしい特典 / 日曜日は施設利用料無料  
※トレーニングルームを初めてご利用の方は登録料1,000円が必要です。

### 屋内プール

■利用時間 (3部制で継ぎ替わりとなります。)  
・午前の部 / 9:30~12:30 ・午後の部 / 13:30~16:00  
・夜間の部 / 18:30~21:30 ※退館時間は21:30です。  
●全員スイミングキャップを着用して下さい。  
●水着は、女性の方はレジャー用のビキニ、Tバックなどの過激な水着、パレオなどの付いている水着はご遠慮ください。また、男性の方でトランクス型水着の場合はアンダーパンツの着用をお願い致します。  
●小学1年生~3年生の児童は3名までに1人、小学生未満の乳幼児は2名までに1人、18歳以上の保護者の方が同伴の上、入水して下さい。

### ■利用料金 (税込)

利用料 (1回)	就学前児 100円	小・中学生 300円	高校生以上 500円
回数券 (11枚入り)	中学生以下 3,000円	高校生以上 5,000円	
フリーパス	期間	中学生以下	高校生以上
	1ヶ月	4,500円	7,500円
	3ヶ月	12,000円	20,000円
	6ヶ月	22,500円	37,500円

### ■トレーニングルーム

■利用資格  
・高校生以上の方  
■利用時間  
・9:30~21:30 ※退館時間は21:30です。  
■利用料金 (税込)  
・初回登録料 / 1,000円 ※1年間有効  
・更新手数料 / 500円 ※年1回更新

利用料 (1回)	500円	回数券 (10回入り)	5,000円
フリーパス	1ヶ月 4,500円	3ヶ月 9,500円	6ヶ月 16,000円

運動できる服装と室内シューズをご持参下さい。

公益財団法人 甲賀創健文化振興事業団  
**甲賀市甲賀B&G海洋センター**

滋賀県甲賀市甲賀町鳥居野1037番地1 ※掲載の写真、イラストはイメージです。

TEL.0748-88-5887

休館日: 毎週月曜日

FAX.0748-88-5883

甲賀市甲賀B&G海洋センター



**アルバイト募集中!!**  
内容: ①プール監視・受付業務 ②プール指導員  
詳しくはお問い合わせください。

