

スポーツの秋！ B&Gが サポートします！



2023年度 第3期 甲賀B&G プール&スタジオ 受講生募集

プール&スタジオ教室期間
2023年10月3日(火)～12月17日(日)
募集期間／2023年8月26日(土)～9月24日(日)

水中ウォーキングストレッチ教室

まずは30分の教室習慣を！水の中での運動は体の緊張をほぐし関節の負担も少なく水圧で血行促進や体幹部を鍛えることもできる運動です。

開催日程
火曜日 9:45～10:15/19:00～19:30
木曜日 9:45～10:15/19:00～19:30
土曜日 19:00～19:30

受講料 4ヶ月11回綴 回数券 7,480円

PICK UP

シニア教室

泳法習得にスイムコース、健康維持増進にフィットネスコースを選択できます。是非1度無料体験にお越しください。

開催日程 木曜日 13:30～14:30
受講料 3ヶ月11回 15,180円



脂肪燃焼エアロ教室

音楽に合わせて楽しく有酸素運動を行います。週1回のエクササイズで脂肪を燃やせ！

開催日程 水曜日20:00～20:45
受講料 3ヶ月11回 10,780円



いきいきストレッチ教室

全身をゆっくりストレッチして肩こり、腰痛予防でバランスのとれたカラダづくりを！どんな年齢の方でも簡単に行えます。

開催日程 金曜日 10:00～10:50
受講料 3ヶ月11回 11,880円



甲賀B&Gは 感染症対策に努めています

プール教室スケジュール

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9時	水中ウォーキングストレッチ 9:45～10:15		水中ウォーキングストレッチ 9:45～10:15		子ども水なれ 10:00～11:00
10時	かんたんスイム 10:30～11:15	レディースフィットネス 10:30～11:30	親子 10:30～11:30		
11時					
12時					
13時		かんたんスイム 13:30～14:15	シニア 13:30～14:30	レディーススイム 13:30～14:30	
14時					
15時		キッズプール 15:00～15:45		キッズプール 15:00～15:45	
16時	J1 A 16:00～16:50 J1 B 16:10～17:00	J1 A 16:00～16:50 J1 B 16:10～17:00	J1 A 16:00～16:50 J1 B 16:10～17:00	J1 A 16:00～16:50 J1 B 16:10～17:00	レディーススイム 16:00～17:00
17時	J2 A 17:20～18:20 J2 B 17:30～18:30	J2 A 17:20～18:20 J2 B 17:30～18:30	J2 A 17:20～18:20 J2 B 17:30～18:30	J2 A 17:20～18:20 J2 B 17:30～18:30	
18時	J3 18:20～19:20 ※水泳検定対策 19:00～19:30	J3 18:20～19:20 ※水泳検定対策 19:00～19:30	J3 18:20～19:20 ※水泳検定対策 19:00～19:30	J3 18:20～19:20 ※水泳検定対策 19:00～19:30	水中ウォーキングストレッチ 19:00～19:30
19時	水中運動&スイム 19:30～20:30	成人スイム 19:30～20:30	レディーススイム 19:30～20:30	アクアピクス 19:30～20:30	
20時					

※各教室、定員がございます。定員になり次第募集を締め切らせていただきます。教室の内容に関しましては変更になる場合があります。

アームヘルパーが必要 指定水着、指定帽子が必要

プール教室受講料

◎回数／11回(3ヶ月)、週2回コースは22回(3ヶ月)
※水中ウォーキングストレッチ教室は11回(4ヶ月/回数券)

対象	教室	受講料
16歳以上 (シニアは60歳以上)	水中ウォーキングストレッチ教室(30分)	7,480円
	45分教室	11,330円
	60分教室	15,180円
2歳10ヶ月～ 年長	キッズプール 教室	週1回 9,790円
		週2回 12,980円
満3歳～ 小学2年生	ジュニア(J1) 教室	週1回 12,980円
		週2回 16,830円
小学1年生～ 中学生	ジュニア(J2) 教室	週1回 12,980円
		週2回 16,830円
小学1年生～ 中学生 (10級以上)	ジュニア(J3) 教室	週1回 12,980円
		週2回 16,830円
満1歳～3歳とその家族	親子教室	16,830円
年少～小学2年生	子ども水なれ教室(6回開催)	8,250円

スタジオ教室受講料

◎回数／11回(3ヶ月) (税込)

対象	教室	受講料
16歳以上	45分教室	10,780円
	50分教室	11,880円
	60分教室	14,080円
	楽ヨガコース、楽エアロコース	7,590円
	楽・ヨガ&エアロよくばり教室	11,880円
年中～小学生	ヒップホップ(入門)教室(火)(木)	10,230円
小学3年生～※下記参照	ヒップホップ(基礎)教室(火)	11,330円
小学4年生～※下記参照	その他ダンス教室	11,330円

各ダンス教室対象

- ヒップホップ(入門)、はじめてダンス／年中～小学生
- ヒップホップ(基礎)／小学3年生以上及び経験者
- ヒップホップ(基礎)／小学4年生以上及び経験者
- ヒップホップ(応用)／経験者
- HOUSE基礎／小学4年生以上及び経験者

短期教室 10月～12月 3ヶ月隔週開催 ヒップホップ上級教室

対象 4年生以上～大人の方
開催日程 10/14・10/28
11/11・11/25・12/9
受講料 1回 1,540円 / 5回 6,050円

HIPHOPをもっと踊りたい！そんなあなたにおすすです。1時間ガチでダンスに向き合うのはいかがでしょうか？1回申し込みも可能です。ハイレベルのダンス。ぜひお試しください。



スクール生の嬉しい特典／①入会金・年会費無料 ②日曜日は施設利用料無料 ※トレーニングジムを初めてご利用の方は登録料1,000円が必要です。 ※金額は、全て税込です。 ※写真はイメージです。

2023年度 第3期 甲賀B&Gプール・スタジオ教室開催要項

- 教室期間 2023年10月3日(火)～12月17日(日) ※次期以降は自動継続になります
- 申込方法 右記の「受講申込書」を甲賀市甲賀B&G海洋センターに直接ご持参ください。※先着順にて定員になり次第締め切らせていただきます。
- 募集期間 2023年8月26日(土)～9月24日(日) 9:30～21:30 ※月曜日休館 ※申込者が少ない場合は、教室を取りやめることがあります。 ※受付期間終了後、定員に満たない教室につきましては11月5日(日)まで募集お申し込みを受け付けます。
- 受講料 ①受講料は各期を単位として、銀行振替により納入していただきます。(詳しくは、受講申込の際にご連絡させていただきます) ※ただし、短期教室の場合は、お申し込みの際に受講料を当海洋センターフロントまでお持ちください。
②各期途中入講であってもその期分の受講料を納入していただきます。
③各教室の受講料は右記QRコードよりホームページをご覧ください。
④原則として一旦納入された受講料は返金いたしません。
- その他 ①現在受講されている方については継続とし、空き定員のみを新規募集させていただきます。
②スケジュール表の「**U**」が記載されている教室は、指定水着、指定帽子を着用していただきます。
③スタジオの教室で、室内シューズが必要となるクラスがあります。
④当センターからお渡りする健康チェック表の提出が必要です。(年1回)
⑤各教室定員に満たない場合、教室を取りやめることがあります。
⑥教室内容等につきましては、各教室とも運営上一部変更になる場合があります。
⑦無料体験は定員によりお受けできない場合がございますので予めお問い合わせください。



お問い合わせ先
TEL/0748-88-5887
FAX/0748-88-5883

受講申込書

※FAXでのお申込みは、短期教室に限ります。 ※欄には記入しないで下さい。

希望クラス名	当海洋センター受講経験 有・無	申込年月日
フリガナ	教室 曜日	年 月 日
氏名	男・女	保護者氏名 ※未成年者のみ記入
住所	(〒)	
受講者生年月日	年 月 日生 (歳 ヶ月)	年少・年中・年長 年生
TEL	()	緊急連絡先 ()

※お預かりいたします個人情報は受講登録及び当センターからのご案内に活用する以外は、ご本人の同意無しに開示いたしません。

今すぐ
お得に
はじめよう!!

早期入講 キャンペーン!!

早期入講教室期間 2023年9月5日(火)~9月23日(土)

プール&スタジオ教室期間
2023年10月3日(火)~12月17日(日)
募集期間 / 2023年8月26日(土)~9月24日(日)

2023年度 第3期 甲賀B&G プール&スタジオ 受講生募集

受講料 最大3回分お得!

今すぐ 9月短期教室
お申し込み(下記対象教室)

10月~通年教室申込
※同教室、同曜日に限る

なんと9月分(最大3回)
受講料実質無料!

例 9月かんたんエアロ 申込 3回 3,840円 ▶ 10月通年かんたんエアロ 申込 11回 14,080円 ▶ 通年申し込みで短期分実質無料! 9月~12月4ヶ月合計 14回 14,080円!!

スタジオ

アロマ&ヨガ教室(火)

アロマオイルとヨガの効果を皆さんの日常に!
日程 9/5・12・19
時間 14:00~15:00
受講料 1回 1,400円
3回 3,840円

パワーヨガ教室(木)

パワフルなエクササイズと心のリラクセスをお届け!
日程 9/7・14・21
時間 20:00~21:00
受講料 1回 1,400円
3回 3,840円

かんたんエアロ教室(火)

楽しく仲間とカラダを動かして脂肪燃焼!
日程 9/5・12・19
時間 20:00~21:00
受講料 1回 1,400円
3回 3,840円

ヨガ&ピラティス教室(金)

呼吸ともに動くヨガ+体幹を整えるピラティス
日程 9/8・15・22
時間 13:00~14:00
受講料 1回 1,400円
3回 3,840円

リフレッシュピラティス教室(水)

心と体をほぐしてスッキリした1日を過ごしませんか?
日程 9/6・13・20
時間 10:00~11:00
受講料 1回 1,400円
3回 3,840円

朝ヨガ教室(土)

1日のパフォーマンス向上に朝ヨガを始めてみませんか?
日程 9/9・16・23
時間 9:40~10:40
受講料 1回 1,400円
3回 3,840円

大人プール

水中運動&スイム教室

水中フィットネスと水泳でエクササイズ!
日程 火曜日(9/5・12・19)
時間 19:30~20:30
受講料 1回1,500円 3回4,140円

かんたんスイム教室

初心者におすすめ!泳ぎの基礎を学ぼう!
日程 火曜日(9/5・12・19)
水曜日(9/6・13・20)
時間 火曜日 10:30~11:15
水曜日 13:30~14:15
受講料 1回1,200円 3回3,090円

成人スイム教室

初級・上級の好きなコースで泳ごう!
日程 水曜日(9/6・13・20)
時間 19:30~20:30
受講料 1回1,500円
3回4,140円

子どもプール

J1教室

遊びの中で楽しく水泳の基礎を学びます。
対象 満3歳~小学2年生
日程 火曜日~金曜日(9/5~9/22)
時間 16:00~16:50
受講料 1回1,300円 3回3,540円

J2教室

仲間と一緒に4泳法の習得を目指そう!
対象 小学1年生~中学3年生
日程 火曜日~金曜日(9/5~9/22)
時間 17:20~18:20
受講料 1回1,300円 3回3,540円



対象教室 WEB予約 OK!



一般利用のご案内 ※トレーニングジ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部制で繰入替となります)
・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。

■利用料金(税込)

利用料(1回)	就学前児	小・中学生	高校生以上
	100円	300円	600円
回数券(11枚綴り)	中学生以下	高校生以上	
	3,000円	6,000円	

フリーパス	期間	中学生以下	高校生以上	プール・ジムセット利用 900円
	1ヶ月	4,500円	9,000円	
	3ヶ月	12,000円	24,000円	
	6ヶ月	22,500円	45,000円	

トレーニングジム

■利用資格・高校生以上の方

■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 ※1回更新

運動できる服装と室内シューズをご持参ください。

※室内シューズのない方は利用できません。 ※室外シューズでのご利用は固くお断りします。

■利用時間 9:30~21:30

※退館時間は21:30です。

利用料(1回)	500円	
回数券(11回綴り)	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

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。

☎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 検索



教室申込書・その他教室は表面へGO!

アルバイト募集中!!

内容
①プール監視・受付業務
②水泳補助業務(要相談)

水泳補助・未経験者OK
主婦、学生歓迎!! 長期大歓迎!!
詳しくはお問い合わせください。

プール監視員
時給 940円(研修)
1,000円