



2024年度 第1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
2024年4月2日(火)～6月23日(日)
募集期間 / 2024年3月2日(土)～3月31日(日)

今始めよう! 春スタートで学校水泳も怖くない!

子どもおすすめ教室 通年教室

J1教室

3月短期 日程 3/5～3/22
受講料 3回 週1コース 3,540円
1日申込1,300円

J2教室

3月短期 日程 3/5～3/22
受講料 3回 週1コース 3,540円
1日申込1,300円

対象 満3歳～小学2年生
日程 火曜日～金曜日(16:00～17:00)内50分
受講料 通年3ヶ月11回 12,980円
幼児から小学校低学年におススメの教室です。アームヘルパーを着用しながら小さいプールや大きいプールで水遊びから始めて、級別に水泳の基本を学ぶ教室です!

対象 小学1年生～中学3年生
日程 火曜日～金曜日(17:20～18:30)内60分
受講料 通年3ヶ月11回 12,980円
小学生～中学生までにおススメの教室です。各級に判定項目を設けて4泳法の習得を目指します。5週目、10週目には判定テストを行い、合格を目指して練習します。

大人おすすめ教室

レディーススイム教室

日程 木曜日19:30～20:30
金曜日13:30～14:30
土曜日16:00～17:00
受講料 通年3ヶ月11回15,180円
クロールを泳げるようになりたい!など初めての方へ初級コース、背泳ぎ平泳ぎにも挑戦する中級コース、4泳法をマスターしたい方へ上級コース。お好きなコースをお選びいただけます。まずは1度無料体験してみませんか?

アクアビクス教室

日程 金曜日19:30～20:30
受講料 通年3ヶ月11回15,180円
その名の通り、水中で行うエアロビクス教室です。陸とは違い水の抵抗が加わりさらに心肺機能向上や脂肪燃焼!!音楽に合わせて水中エクササイズ!

春休み特別教室!

3月26日(火)～3月29日(金)

WEB申込OK!

QRコードから申し込みフォームを入力

※定員20名になり次第締め切らせていただきます。

春ジュニア教室

4日間で基礎水泳、クロールを学んでみよう! 初心者大歓迎!

対象 新小学1年生～新小学6年生
時間 9:30～10:30
受講料 4日間コース 5,500円

春幼児教室

春休み限定教室!1週間で水遊びから水泳の基本を少しずつ学びます。楽しく水なれしよう!

対象 新年少～新年長
時間 10:40～11:30
受講料 4日間コース 5,500円(税込)
1日 1,540円(税込)

プール教室受講料・スケジュール

◎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) (税込)

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

	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		
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		子ども水なれ 10:00～11:00
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	J2 B 17:30～18:30
18時	J3 18:20～19:20 水中ウォーキングストレッチ 19:00～19:30	J3 18:20～19:20 水中ウォーキングストレッチ 19:00～19:30	J3 18:20～19:20 水中ウォーキングストレッチ 19:00～19:30	J3 18:20～19:20 水中ウォーキングストレッチ 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	アクアビクス 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

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。

2024年度 第1期 甲賀B&G プール・スタジオ教室開催要項

- 教室期間 2024年4月2日(火)～6月23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 2024年3月2日(土)～3月31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2024年5月12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になるか、お問い合わせください。 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☑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し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、短期教室に限りです。

希望クラス名
 通年 教室 曜日
 短期 コース

申込年月日
年 月 日

フリガナ
保護者氏名 ※未成年者のみ記入

氏名
男・女

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には、ご本人の同意無しに開示いたしません。

桜の開花は自然のメッセージ!

カラダの声にも 耳を傾けよう!

1回
無料体験!

教室の雰囲気を体験しよう!
電話予約OK

0748-88-5887

プール&スタジオ教室期間
2024年4月2日(火)~6月23日(日)

募集期間 / 2024年3月2日(土)~3月31日(日)

2024年度 第1期 甲賀B&G プール&スタジオ 受講生募集

ピックアップ教室

はじめてダンス教室

今だけ
特別!

3月短期
日程 3/9・16・23
受講料 3回3,090円 1回1,320円

日程 土曜日 17:30~18:30

受講料 通年3ヶ月11回 11,330円

カッコいい音楽に合わせて楽しく基本から学べる教室です。土曜日開催で平日忙しい方におすすめです。

楽ヨガ&楽エアロ教室

日程 金曜日11:10~12:00

受講料 楽ヨガコース 通年3ヶ月隔週6回 7,590円

楽エアロコース 通年3ヶ月隔週6回 7,590円

よくばりコース 通年3ヶ月毎週11回11,880円

ヨガもエアロも気になる...そんなあなたに毎週開催のよくばりコース、ゆったり隔週でヨガのみ、エアロのみの受講も可能です。また、11週目はタイ式ヨガのルーシーダットンを行います。

ヨガ&ピラティス教室

日程 金曜日 13:00~14:00

受講料 通年3ヶ月11回 14,080円

呼吸とストレッチに重点を置き脂肪強化するヨガと骨格を意識して体幹を整えるピラティスの両方を合わせた教室です。

パワーヨガ教室

日程 木曜日 20:00~21:00

受講料 通年3ヶ月11回 14,080円

パワフルなエクササイズと心のリラックスをお届け!

スタジオ教室受講料・スケジュール

◎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
年中~小学生	楽・ヨガ&エアロよくばり教室	11,880円
小学3年生~※下記参照	ヒップホップ(入門)教室(火)(木)	10,230円
小学4年生~※下記参照	ヒップホップ(基礎)教室(火)	11,330円
	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(基礎火) / 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

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9時			初級 ピラティス 9:30~10:30	いきいき ストレッチ 10:00~10:50	朝ヨガ 9:40~10:40
10時	ヨガ整体 10:30~11:30	リフレッシュ ピラティス 10:00~11:00			バレトン 10:50~11:40
11時				楽・ヨガ&エアロ よくばり 11:10~12:00	
12時				※楽エアロコースのみ 室内シューズが必要 となります	
13時				ヨガ& ピラティス 13:00~14:00	
14時	アロマ& ヨガ(火) 14:00~15:00				
15時					
16時	ヒップホップ(入門) 16:45~17:30		ヒップホップ(入門) 16:50~17:35		アロマ& ヨガ(C) 16:00~17:00
17時	ヒップホップ(基礎) 17:40~18:40		ヒップホップ(基礎) 17:40~18:40	ヒップホップ (入門・基礎) 17:00~18:00	はじめて ダンス(土) 17:30~18:30
18時				ヒップホップ(応用) 18:05~19:05	
19時	リラックスヨガ 19:00~19:50	ヨガ 19:00~19:45	ヒップホップ(応用) 18:45~19:45		HOUSE基礎 18:40~19:40
20時	かんたん エアロ 20:00~21:00	脂肪燃焼エアロ 20:00~20:45	パワーヨガ 20:00~21:00	アロマ& ヨガ(A) 19:20~20:20	
21時				アロマ& ヨガ(B) 20:30~21:30	

※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。☑室内シューズが必要

短期 教室

4月~6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 19:50~21:05(75分)

4/13・4/27・5/18・
6/1・6/15 土曜日

受講料 5回 7,150円

中高生大歓迎!
HIPHOPをもっと踊りたい!そんなあなたにおすすめの上級クラスです。振りとフォーメーションを5回でマスターしていきます。隔週5回なので忙しい中高生も続けていけて見えます!

お得なセット割申込を ご紹介!

【例】

プール キッズプール教室 9,790円 + スタジオ ヒップホップ入門 10,230円 = セット割 2,000円 = 18,020円 (3ヶ月)

1ヶ月平均 約6,000円 でダンス&プールの受講ができる!

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 3,000円		高校生以上 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
	1ヶ月	4,500円	9,000円	900円
	3ヶ月	12,000円	24,000円	
	6ヶ月	22,500円	45,000円	

●全員スイミングキャップを着用してください。 ●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、入水してください。 ※一般利用で障害者手帳をお持ちの方は、50%割引対応となりますので受付にてご提示ください。(ご提示いただけない場合は割引対象外となります)

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 ※年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

