

B&Gのプールで 楽しく！ 水泳で元気に！



プール&スタジオ教室期間
2024年10月1日(火)～12月15日(日)
募集期間 / 2024年8月31日(土)～9月29日(日)

2024年度 第3期 甲賀B&G プール&スタジオ 受講生募集

早期入講キャンペーン

受講料最大3回分お得!! (無料体験含む)

早期入講期間 令和6年8月31日(土)～9月21日(土)

キャンペーン対象はスケジュール表の教室です。

webお申込みフォーム

無料体験
お申込み

9月短期教室
お申込み **実質無料**

10月～
通年教室お申込み
※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!

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

9月短期教室早期入講ピックアップ教室

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(9/10～9/20)
16:10～17:00(50分)
受講料 9月1回…1,430円
通年3ヶ月11回12,980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(9/10～9/20)
17:15～18:15(60分)
受講料 9月1回…1,430円
通年3ヶ月11回12,980円

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(9/10・17)
19:30～20:30(60分)
受講料 9月1回…1,650円
通年3ヶ月11回15,180円

かんたんスイム教室

初心者におすすめ!
泳ぎの基礎を学びます!

日程 火曜日(9/10・17)
水曜日(9/11・18)
火曜日10:30～11:15(45分)
水曜日13:30～14:15(45分)
受講料 9月1回…1,210円
通年3ヶ月11回11,330円

成人スイム教室

初級・上級の自分に
合ったコースで泳げます!

日程 水曜日(9/11・18)
19:30～20:30(60分)
受講料 9月1回…1,650円
通年3ヶ月11回15,180円

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!

日程 木曜日(9/12・19)
13:30～14:30(60分)
受講料 9月1回…1,650円
通年3ヶ月11回15,180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 16:10～17:00	J1 16:10～17:00	J1 16:10～17:00	J1 16:10～17:00	レディーススイム 16:00～17:00
17時	J2 17:15～18:15	J2 17:15～18:15	J2 17:15～18:15	J2 17:15～18:15	
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

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3期 甲賀B&G プール・スタジオ教室開催要項

- 教室期間 2024年10月1日(火)～12月15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8月31日(土)～9月29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11月3日(日)まで募集お申し込みを受付いたします。
- 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二次元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、短期教室に限ります。

希望クラス名	当海洋センター受講経験 有・無	申込年月日
<input type="checkbox"/> 通年	教室	年 月 日
<input type="checkbox"/> 短期	曜日	
氏名	コース	
住所	男・女	
受講者生年月日	(〒)	
TEL	年 月 日生 (歳 ヶ月) 年少・年中・年長	年生
	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。

ホップ・ステップ・ジャンプ!

きのうの自分を
超えよう

プール&スタジオ教室期間

2024年10月1日(火)~12月15日(日)

募集期間 / 2024年8月31日(土)~9月29日(日)

2024年度 第3期 甲賀B&G プール&スタジオ 受講生募集

大人向け早期入講キャンペーン

受講料最大3回分お得!! (無料体験含む)

早期入講期間 令和6年8月31日(土)~9月21日(土)

キャンペーン対象はスケジュール表の教室です。



webお申込みフォーム

無料体験お申込み

9月短期教室 実質無料お申込み

10月~ 通年教室お申込み ※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!

9月短期教室大人向け早期入講ピックアップ6教室

アロマヨガ教室(火)

アロマオイルとヨガの効能を皆さんの日常に!

日程 火曜日9/10・17 14:00~15:00(60分)

受講料 9月1回...1,540円 通年3ヶ月11回...14,080円

リフレッシュピラティス教室

心と体をほぐしてスッキリとした1日を過ごしてみませんか?

日程 水曜日9/11・18 10:00~11:00(60分)

受講料 9月1回...1,540円 通年3ヶ月11回...14,080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バランスの取れたからだづくりを目指しましょう!

日程 金曜日9/13・20 10:00~10:50(50分)

受講料 9月1回...1,320円 通年3ヶ月11回...11,880円

楽ヨガ&楽エアロ教室

日程 金曜日9/13・20 11:10~12:00(50分)

受講料 9月1回...1,320円 通年3ヶ月毎週11回...11,880円 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

かんたんエアロ教室

楽しくからだを動かして脂肪燃焼!!

日程 火曜日9/10・17 20:00~21:00(60分)

受講料 9月1回...1,540円 通年3ヶ月11回...14,080円

エアロピクスはダンスをしながらエクササイズを行う有酸素運動です。動きの中にストレッチやフィットネスの要素もある優れたものです。

ヨガ&ピラティス教室

心とからだのバランスを整えるためのエクササイズ!

日程 金曜日9/13・20 13:00~14:00(60分)

受講料 9月1回...1,540円 通年3ヶ月11回...14,080円

ヨガもエアロも気になるのであれば毎週開催のよけりコース、ま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週目はバレトン教室を行います。

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
年中~小学生	楽ヨガコース、楽エアロコース	7,590円
	楽・ヨガ&エアロよけり教室	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		楽・ヨガ&エアロよけり 11:10~12:00	バレトン 10:50~11:40
11時				※楽エアロコースのみ室内シューズが必要となります	
12時				ヨガ&ピラティス 13:00~14:00	
13時					
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	ヒップホップ(入門・基礎) 17:00~18:00	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(応用) 18:05~19:05	はじめてダンス(土) 17:30~18:30
18時					HOUSE基礎 18:40~19:40
19時	リラクゼーションヨガ 19:00~19:50	★ヨガ 19:00~19:45	ヒップホップ(応用) 18:45~19:45	アロマ&ヨガ(A) 19:20~20:20	HIPHOP上級 19:50~21:05
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(B) 20:30~21:30	
21時					

※各教室、定員がございます。定員になり次第募集締め切らせていただきます。☑室内シューズが必要

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部制で繰り替わりとなります)

- ・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。

●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 ※1回更新

●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

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。

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

