

盛岡市立総合プール フィットネス教室

～ 開催要項 ～

- ◇ 主催 (公財) 盛岡市体育協会
(盛岡市立総合プール指定管理者 <http://www.morioka-taikyo.or.jp>)
- ◇ 共催 盛岡市(予定)
- ◇ 会場 盛岡市立総合プール内 会議室
盛岡市本宮5丁目3-1 ☎019-634-0450

《各教室共通事項》

- ◇ 割引制度 (1) 先行継続割：継続受付期間内中のお申込みで10%割引(前期からの継続者のみ対象)
(2) 複数割引(家族込)：お一人または同居家族で複数の教室に申込の場合、申込み教室数により20%～割引
- ・2教室申込の場合…参加料の安価な教室を20%割引
 - ・3教室申込の場合…参加料のもっとも安価な教室を30%割引、次に安価な教室を20%割引
- (3) アクア特別割引：フィットネス教室と同時にアクア・ハイドロ・水中運動のいずれかに申込の方、アクア教室を50%割引いたします。
- ※フィットネス教室と水泳教室または英会話教室を同時申込された方、もしくは、複数のフィットネス教室を同時申込された方のみ、上記(2)(3)の通り割引が適用されます。
- ◇ 注意事項 (1) 妊娠中および妊娠の疑いがある方は受講できません。
(2) 参加者の都合により参加料納金後に参加ができなくなった場合、参加料の返金はできかねます。あらかじめご了承ください。
(3) お子様連れでの参加はできません。託児室などはありませんのでご了承ください。
(4) 親子体育あそびは親子ペアでのご参加をお願いいたします。
- ◇ 傷害保険 (1) 加入保険は、あいおい損害保険株式会社のレクリエーション障害保険です。
(2) 適用範囲は、当プール館内、およびご住居と当プールの道中です。
ただし、往復道中に寄り道をしますと適用外になる場合がありますので、ご注意ください。
(3) 適用疾病は衝突や転倒などの外傷となりますので、脳疾患、疾病または心神喪失、むちうち症や腰痛で他覚症状のないものなどは、適用外となりますのでご注意ください。
(4) 振替でアクア系教室にご参加の場合は、水泳教室にて加入している保険(日本水泳連盟総合補償制度)が適用になります。適用範囲は当プール館内のみにとなりますので、あらかじめご承知おき下さい。
(4) 詳しくは、盛岡市立総合プールまでお問合せ下さい。
- ◇ 個人情報 (1) 申込書にご記入いただいた個人情報は(公財)盛岡市体育協会が「個人情報保護法」に基づき厳正に管理し、今後の教室等案内や保険適用時に使用いたします。
(2) 教室中の様子を撮影する場合がございます。撮影した写真は当プールパンフレットおよびホームページ、各教室案内チラシに掲載する場合があります。撮影および掲載を望まれない方は、あらかじめ職員までご報告下さい。
- ◇ その他 (1) 教室で使用するエクササイズ用具は主催者側で用意致します。
(2) 体を動かしやすい服装でお越し下さい。
汗拭き用のタオル、水分補給の飲み物は各自ご用意下さい。
- トータルフィットネス、各曜日の体育教室、ジュニアダンス、ズンバ、歩くエアロビクス、ジュニアヒップホップ、ステップエクササイズに参加の方は内履きが必要です。**
- (3) リラックスヨガは裸足で行います。
- (4) 着替えをされる方はプールの更衣室をご利用できます。入場券をお渡ししますので窓口までお越しください。なお、その際プールは利用できません。
- (5) 各教室の参加人数が5名に満たない場合は、お申込みいただいた全員と協議の上、教室の移動・中止または開催を決定いたします。
- (6) 教室を休んだ際は、ご参加の期において他フィットネス教室への振替、アクア系教室への振替、またはプール入場引換券と交換することが出来ます。振替の際は、事前予約が必要です。

平成29年度総合プール第1期フィットネス教室

月	火	水	木	金
トータルフィットネス 中田 幸恵 10:30~11:30 対象:18歳以上の男女 定員:18名 全6回 4,212円 4/10、17、24、5/1、8、15	ピラティス 佐藤 智子 10:00~11:00 対象:18歳以上の男女 定員:25名 全4回 2,808円 4/11、25、5/2、9	歩くエアロビクス 中田 幸恵 10:00~11:00 対象:18歳以上の男女 定員:25名 全5回 3,510円 4/12、19、26、5/10、17	あさイチピラティス 佐藤 智子 講師変更 10:00~11:00 対象:18歳以上の男女 定員:25名 全5回 3,510円 4/13、20、27、5/11、18	リラックスヨガⅠ 高橋 美香 標定 10:00~11:00 対象:18歳以上の男女 定員:25名 全5回 3,510円 4/14、21、28、5/12、19
		コアシェイプ 中田 幸恵 11:15~12:15 対象:18歳以上の男女 定員:20名 全5回 3,510円 4/12、19、26、5/10、17		リラックスヨガⅡ 高橋 美香 標定 11:15~12:15 対象:18歳以上の男女 定員:25名 全5回 3,510円 4/14、21、28、5/12、19
				ごごイチピラティス 伊藤 祐子 時間変更 13:30~14:30 対象:18歳以上の男女 講師 定員:25名 変更 全5回 3,510円 4/14、21、28、5/12、19
	親子体育あそび 岩淵 みどり ★ 15:00~16:00 対象:H29年度3、4歳 定員:親子12組 全4回 3,240円 4/11、25、5/2、9	リラックスヨガ 高橋 美香 標定 14:00~15:00 対象:18歳以上の男女 定員:25名 全5回 3,510円 4/12、19、26、5/10、17	プラス1,080円で 保護者の参加も OKです! 	キッズ体育Ⅰ 府金 なつ子 ★ 14:40~15:25 対象:H29年度4、5歳 定員:15名 全5回 3,510円 4/14、21、28、5/12、19
キッズ体育 田村 雄孝 ★ 15:30~16:15 対象:H29年度5、6歳 定員:15名 全6回 4,212円 4/10、17、24、5/1、8、15	キッズ体育 齋藤 優歌 ★ 16:15~17:00 対象:H29年度5、6歳 定員:15名 全4回 2,808円 4/11、25、5/2、9	ジュニアヒップホップ ★坂本 美南 時間変更 16:30~17:15 対象:H29年度6歳~小4 定員:15名 全5回 3,510円 4/12、19、26、5/10、17	ジュニアコアトレ 中田 幸恵 ★ 16:30~17:30 対象:小学生 定員:15名 全5回 4,050円 4/13、20、27、5/11、18	キッズ体育Ⅱ 府金 なつ子 ★ 15:35~16:20 対象:H29年度5、6歳 定員:15名 全5回 3,510円 4/14、21、28、5/12、19
ジュニア体育 田村 雄孝 ★ 16:30~17:30 対象:1、2年生 定員:12名 全6回 4,860円 4/10、17、24、5/1、8、15	ジュニアダンス 高橋 美保 ★ 17:45~18:45 対象:小学生 定員:15名 全4回 3,240円 4/11、25、5/2、9		ジュニア体育(トランポリン) 駒谷 善吾 ★ 17:30~18:30 対象:1~3年生 定員:8名 全5回 4,050円 4/13、20、27、5/11、18	ジュニア体育 菊池 磯 ★ 16:40~17:40 対象:1、2年生 定員:12名 全5回 4,050円 4/14、21、28、5/12、19
よるイチピラティス 佐藤 智子 講師変更 19:15~20:15 対象:16歳以上の男女 定員:25名 全6回 4,212円 4/10、17、24、5/1、8、15	ズンバ 高橋 美保 19:15~20:15 対象:16歳以上の男女 定員:25名 全4回 2,808円 4/11、25、5/2、9	ベリーダンス 時間変更 田中 眞由美 19:15~20:15 対象:16歳以上の女性 定員:25名 全5回 3,510円 4/12、19、26、5/10、17	ナイトピラティス 佐藤 智子 19:15~20:15 対象:16歳以上の男女 定員:25名 全5回 3,510円 4/13、20、27、5/11、18	ステップエクササイズ 高橋 美保 19:00~20:00 対象:16歳以上の男女 定員:16名 全5回 3,510円 4/14、21、28、5/12、19

内履きをご用意ください

3月19日(日) ★14時30分~ その他14時~ 電話受付開始 / 振替・欠席受付 4月8日(土)・

参加料お支払い期限:3月31日(金)まで お問い合わせ先:盛岡市立総合プール ☎019-634-0450