



東市民プールだより



～ 2011年 春号 ～



5月5日(祝・木) こどもの日 無料開放

中学生以下の子どもとその保護者(18歳以上)を対象に、プールを無料開放いたします！

時間：午前9時～午後9時まで（2時間以内）

※ただし、午後6時以降の小中学生の利用は、保護者の同伴が必要です。

持参物：水着，スイミングキャップ，ゴーグル，
タオル，ロッカー代30円

《水中レクリエーション参加者募集》

内容：大玉ころがし，水中ポートボール，
リレー，宝探しなど（予定）

対象：身長が125cm以上の小学1～6年生

時間：13：30～15：30

定員：20名（先着順）

申込：電話にて事前申込が必要

4 / 16（土）より受付開始



わくわく水中ウォーキング30を 土曜日に変更しました！

内容：30分間の水中ウォーキング

日時：毎週土曜日 10：30～11：00

対象：18歳以上の方

定員：15名（先着順）

申込：当日窓口にて受付（10：15より）



← レッソンの様子



ワンポイントレッスンのご案内

講師が泳ぎと水中運動のワンポイント指導、
アドバイスをいたします。

期間：23年4月6日(水)～24年3月28日(水)

（7・8月，祝日，臨時休館，年末年始を除く）

日時：毎週水曜日 13：00～14：30

対象：18歳以上対象

定員：10名（先着順）

申込：当日窓口にて受付（12：30より）



～ 東北地方太平洋沖地震の義援金報告 ～

このたびの、東北地方太平洋沖地震により被災された方々に謹んでお見舞い申し上げます。
被災地の一日も早い復興を心より祈念いたします。

東市民プールでは、3月13日から義援金募金活動をおこなっています。皆様から寄せられました義援金は、財団法人福岡市体育協会から福岡市を通じて被災地に寄付させていただきます。なお、募金活動は5月13日まで行っています。ご協力よろしくお願いたします。

義援金の総額 70,700円（4月26日現在）

サークル紹介

はつらつ水中体操 (水中運動・アクアビクス)

対象者：60歳以上の男女
 活動日時：月曜日 12:50~14:20
 連絡先：542-6304 (講師) 松川
 080-3221-5089



水中歩行や軽い筋力トレーニングで楽しく笑って運動しています。プールでの運動後、2Fフロアでリラクゼーションストレッチ、腰痛体操もやっています。とっても気持ちが良いですよ。
 一度体験してみませんか？(体験無料)

すまいるアクアビクス (水中運動・アクアビクス)

対象者：どなたでも(現在女性ばかり)
 活動日時：木曜日 11:30~13:00
 連絡先：542-6304 (講師) 松川
 080-3221-5089



2Fフロアで、ストレッチ、腰痛体操、マッサージなどで身体を整えてからプールに入ります。プールでは、歩行はもちろん、浮具(ビート板・ヌードル)を使って筋トレ、リラクゼーションなど楽しく運動しています！(体験無料)

スポーツ教室参加者募集!!



教室名	対象	回数	期間	定員	曜日	時間	参加料	募集期間
短期集中 低学年水泳教室	クロールを25M泳げない 小学1~3年生	5	8/19~8/23	20	火~金	9:00~11:00	3,500円	7/1~7/15
短期集中 高学年水泳教室	クロールを25M泳げない 小学4~6年生	5	8/19~8/23	20	火~金	11:00~13:00	3,500円	7/1~7/15

☆応募方法☆

「往復はがき」に、1. 教室名 2. 住所 3. 氏名(ふりがな) 4. 年齢、学年 5. 性別 6. 電話番号を記入のうえ、東市民プールにご応募ください。

マメ知識



東市民プールには臨時駐車場がある!?

名島公民館前の道路を西に入って150メートル先の右手に車21台分の臨時駐車場がございます。プール敷地内の駐車場が満車の際はこちらをご利用ください。なお、臨時駐車場は名島公民館との共有スペースとなります。



臨時駐車場



発行日：23年4月26日
 発行元：東市民プール
 〒813-0043 福岡市東区名島2-42-1
 TEL 662-6111 FAX 662-6112