

# 西プールだより



平成30年度 vol.4

## ■スポーツ教室参加者募集案内（12月募集分）

教室名	期間	曜	回	時間	対象	定員	参加料	募集期間
エアロビクス&ヨガⅡ	1/10~3/14	木	10	10:00~11:30	18歳以上	18名	7000円	12/1~12/15
メンズトレーニングⅢ	1/12~3/23	土	8	19:15~20:15	18歳以上 男性	12名	4800円	12/1~12/15

※ハガキ、HPかFAXで教室名・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号を記入し応募、又は管理事務所窓口にて直接応募ください。

## ＜11・12月大会スケジュール＞

月日	曜	大会名	専用状況	一般開放予定
11月4日	日	第129回福岡県SC水泳大会	全館・終日	一般開放なし
11月18日	日	第26回ベスト認定水泳記録大会	全館・終日	一般開放なし
11月23日	祝金	シンクロ オーロラカップ① バジテスト ② シンクロ ソロ・デュエット大会予選③	①メインP 3.3m側 全面 9:00~13:00 ②メインP 3.3m側 3コース使用 13:00~18:00 ③メインP 3.3m側 2コース使用 18:00~21:00	※使用プール以外 終日通常営業
12月1日	土	第39回 冬季福岡ジュニア記録認定水泳大会 プサン前日練習	メインP 1.2m側 3コース使用 16:00~18:30	※使用プール以外 終日通常営業
12月2日	日	第39回 冬季福岡ジュニア記録認定水泳大会	全館・終日	一般開放なし
12月8・9日	土・日	冬季福岡県ジュニア・女子水球選手権大会	メインPのみ	メインP一般開放なし ※メインP以外 終日通常営業
12月16日	日	第24回冬季短水路公認記録会	全館・終日	一般開放なし
12月22日 ~26日	土~水	福岡県強化指定選手合宿	メインPのみ	メインP一般開放なし ※メインP以外 終日通常営業

# 11月よりプール使用料が冬期料金に変わります。

小中学生	160円
高校生	210円
一般	390円
65～69歳（市内居住者）	190円
70歳以上（市内居住者）	無料
心身障がい者（市内居住者）	無料
幼児	無料

年中温水だよ！



※65～69歳の方、無料対象の方は公官庁発行の証明書等をご提示下さい。  
（シルバー手帳、障害者手帳、療育手帳など）

## フロアストレッチ&エクササイズ

実施日	時間	受付開始	定員	場所	参加料
毎週月曜日	10:00～11:00	当日 9:45～	18名	1F大会役員室	400円
毎週土曜日	13:30～14:30	当日 13:15～	18名	2Fスタジオ	

- ・ストレッチと簡単な筋力トレーニングを行います。
- ・申込用紙にご記入の上、参加料400円を現金でお支払い下さい。



## アクアウォーク&エクササイズ

実施日	時間	受付開始	定員	場所	参加料
毎週水曜日	10:00～11:00	当日 9:45～	20名	サブプール	400円

- ・水中での筋力トレーニングやレクリエーション、水中ウォーキングなどを行います。
- ・申込用紙にご記入の上、参加料400円を現金でお支払い下さい。



### 年末年始について

12/27(木)～1/4(金)までの間、総合西市民プールは休館となります。  
年始の営業は1/5(水)からです。



福岡市立総合西市民プール 〒819-0046 福岡市西区西の丘1丁目4-1

☎ (092) 885-0124 FAX (092) 885-6016

HP <http://sports-fukuokacity.or.jp>