



豊科プール 水中健康教室(全5回)

豊科教育課では、足腰が弱った、腰痛がきつい、体力を付けたい人などを対象に、水中ウォーク、水中エアロビクスなどを行う健康教室を開催します。

- 開催期間 7月10日から毎週火曜日
- 時間 午後1時～2時30分
- 場所 安曇野市豊科プール
- 講師 山田美也さん
(健康運動指導士)
- 対象 40歳以上の市民
- 定員 25人
- 受講料 500円
- 保険料 1,500円
- 申し込み方法 6月25日(月)から豊科勤労者総合スポーツ施設窓口で、所定の用紙に記入の上、お申し込みください。電話による申し込みはご遠慮ください。申し込みには、受講料と保険料が必要となります。なお、定員になり次第締め切らせていただきます。
- 問い合わせ 豊科勤労者総合スポーツ施設
(TEL 73・3011)

穂高プール 各種水中教室

穂高プールでは、各種水中教室を開催します。目的や年齢にあった教室が選べます。また、市民以外の人も参加できます。

- 親子水慣れ教室(全5回)
- 開催日 7月16日(月)～20日(金)
午前11時～11時50分
- 参加費 500円
- 対象 3歳以上未就学児と保護者
- 定員 20組
- 小学生水慣れ教室(全5回)
- 開催日 7月30日(月)～8月3日(金)
午前11時～11時50分
- 参加費 300円
- 対象 小学1～6年生
- 定員 20人
- 水中ウォーキング入門(全3回)
- 開催日 8月1日(水)～3日(金)
午前10時～10時50分
- 参加費 300円
- 対象 一般
- 定員 20人

アクアビクス入門(全3回)

■開催日 8月1日(水)～3日(金)
午後3時～3時50分

■参加費 300円

■対象 一般

■定員 20人

着衣水泳教室(全2回)

■開催日

7月15日(日)、22日(日)

午前10時～10時50分

■参加費 1,000円

■対象 一般

■定員 20人

【共通】

・参加費は1回の受講料(当日払い)です。入場料は別途必要となります。
・天候不順の場合は中止となります。

・主催は、指定管理者株式会社フクシ・エンタープライズです。

■申し込み・問い合わせ

7月4日(水)から穂高プール(TEL 82・8388)へ電話でお申し込みください。当日の申し込みも可能(着衣水泳教室は不可)ですが、定員になり次第締め切ります。



穂高プール (TEL 82・8388)

(指定管理者 株式会社フクシ・エンタープライズ)

■開場期間 7月7日(土)～8月31日(金)

■開場時間

○平日 午前10時～午後5時

○土・日・祝日および7月23日～8月17日
午前9時～午後5時

■休場日 天候不順の場合

■料金 中学生以下300円、一般(高校生以上)500円、
コインロッカー100円。

※1歳未満児、75歳以上の人および遊泳されない付き添いは無料です。

■回数券【6回券】中学生以下1,500円、一般(高校生以上)2,500円
【11回券】中学生以下3,000円、一般(高校生以上)5,000円

■その他

- ・小学3年生以下の子どもは、保護者(高校生以上)が付き添わないと入場できません。
- ・スライダー利用は小学校3年生以上です。



豊科プール (TEL 72・6200)

■開場期間 7月7日(土)～8月26日(日)

■開場時間 午前10時～午後4時45分

■休場日 天候不順の場合

■料金 中学生以下100円、一般(高校生以上)310円、
コインロッカー100円。

※1歳未満児、75歳以上の人および遊泳されない付き添いは無料です。

■その他

- ・7月7日は無料開放します。
- ・プールの水深が深いため、小学4年生以下の子どもは、保護者(高校生以上)が付き添わないと入場できません。

国営アルプスあづみの公園 環境学習指導者養成講座

国営アルプスあづみの公園では、子どもたちが環境を身近に感じ、自ら考え行動できるようになることを目的とした「プロジェクト・ワールド」事業の一環として、環境教育に関心がある人を対象とした、環境学習指導者養成講座を開催します。

受講者にはプロジェクト・ワールド初級指導者資格が認定されます。

■開催日 7月14日(土)、31日(火)、10月14日(日)

※各回とも午前9時30分～午後5時30分

■場所 アルプスあづみの公園

■定員 各回25人(先着順)

■対象 18歳以上

■受講料 8,500円

■主催 (財)公園緑地管理財団

■申し込み・問い合わせ (財)公園緑地管理財団アルプスあづみの公園管理センター

(TEL 71・5511)