

2026(令和8)年度「ベビースイミング」教室

コース名	A		コース名	B	
対象	6か月以上(開講日) よちよち歩きくらいまでと18歳以上の保護者		対象	3歳未満(開講日) 水の中でもしっかり歩ける子と18歳以上の保護者	
時間	8:30~9:20(フリータイム含む)		時間	8:30~9:20(フリータイム含む)	
曜日	日曜		曜日	日曜	
定員	15名		定員	15名	
教室番号	日 程	申込日	教室番号	日 程	申込日
	月/日	月/日		月/日	月/日
①	4/12	3/16	⑦	4/19	3/23
②	5/10	4/12	⑧	5/17	4/19
③	6/7	5/10	⑨	6/14	5/17
④	7/5	6/7	⑩	7/12	6/14
⑤	8/2	7/5	⑪	8/9	7/12
⑥	9/6	8/2	⑫	9/13	8/9

【重要なお知らせ】

申込、欠席の連絡 (072-781-4888) や受講料の納入等、
すべて、フィットネスラスタ (ラスタホール4階) で行います。

【現金取扱時間または電話受付時間】

平日10:00~20:45　日祝10:00~16:45

休館日：火曜日（祝休日の場合は翌平日）、年末年始（12/29~1/3）

【受講料】 1,200円(税込) ※1回ごとの料金

【場所】 フィットネスラスタ内プール（ラスタホール4F）

【内容】 スイムアクション（水面をブクブクしたり飛び込む練習をしたり）や
手遊び・リズム体操など、音楽に合わせて水の中で体を動かします。
保護者のためのウォーキングなど、保護者も一緒に楽しめます。
Bコースはアームヘルパーをつけ、浮かんだりキックします。

【保護者持ち物】 水着、水泳帽、タオル

【子ども持ち物】 水着（プール用紙おむつを下に着用）、タオル ※水泳帽は必要なし

【講師】 健康運動指導士/保育士 秋丸貴子　　水中運動指導士 角田顕子

【キャンセル規定】 教室開講日の前日の午後5時までに連絡いただいた場合は、返金します。

【教室の流れ】

- ① 8:15にスタッフが駐車場側のドアを開けます。（正面玄関は閉まっています）
- ② エレベーターで4階に上がり、靴を脱いで、向かって左奥の更衣室へ。
日焼け止めやお化粧をせずに、水着を下に着ているとスムーズです。
更衣室にはバスマットを置いています。自由にお使いください。
- ③ アクセサリー等を取り、シャワーを浴びて、プールへ。
指導者はプールでお待ちしています。
- ④ 教室終了後、更衣室に入られるときは水着を脱いで入り、更衣室を
濡らさないように配慮ください。
- ⑤ 9時50分までに4階から退出をお願いします。

【確認事項等】 受講料は申込時にお支払いください。

受講料をお支払いではない方は、4階フロントでスタッフにお支払いください。
ご家族の方はプールサイドで見学できます。

（スタッフがご案内するまでエレベーター前でお待ちください。）

撮影は不可です。

ホームページ・広報紙等に使用する写真等の掲載に不同意の方は、スタッフに
お声かけください。（掲載する際は、必ず声をかけます。）

天災・講師の急病等により日程変更となる場合があります。ご了承ください。

（決定次第、フィットネスラスタホームページの「お知らせ」の所に掲載します）