



# 静岡中央体育館（室内プール）教室一覧表【第1期：4月～7月】更新日：2026年4月16日

【お問合せ】  
静岡中央体育館  
TEL:054-255-1010

火	<b>(火)4泳法水泳</b>			
	12回/7200円	10:10-11:30		
対象：18歳以上 定員：40名 内容：水慣れから4泳法の基礎を練習する教室 持物：白色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
4月	5月	6月	7月	
21.28	12.19.26	2.9.16 23.30	7.14	
(予備日) 7/28				
火	<b>(火)年長水泳教室</b>			
	12回/5400円	15:35-16:30		
対象：今年度5歳児の児童 定員：25名 内容：水慣れから楽しんで泳力をつけていく教室 持物：ピンク色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
4月	5月	6月	7月	
21.28	12.19.26	2.9.16 23.30	7.14	
(予備日) 7/28				
火	<b>(火)女性水泳教室</b>			
	12回/7200円	18:30-20:20		
対象：中学生以上の女性 定員：50名 内容：初心者～上級者まで泳力別におこないます 持物：白色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
4月	5月	6月	7月	
21.28	12.19.26	2.9.16 23.30	7.14	
(予備日) 7/28				

水	<b>アクアビクス</b>			
	12回/6600円	10:10-10:50		
対象：18歳以上 定員：40名 内容：水中で音楽に合わせて身体を動かす教室 持物：白色水泳帽・水着・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
22	13.20.27	3.10 17.24	1.8.15.22	
(予備日)7/29				
水	<b>男性水泳教室</b>			
	12回/7200円	18:30-20:20		
対象：中学生以上の男性 定員：50名 内容：初心者～上級者まで泳力別におこないます 持物：白色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
22	13.20.27	3.10 17.24	1.8.15.22	
(予備日)7/29				

木	<b>初心者水泳</b>			
	12回/6600円	10:10-10:55		
対象：18歳以上 定員：40名 内容：初心者におススメの水泳教室 持物：白色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
23.30.	14 21.28	4.11 18.25	2.9.16	
(予備日) 7/23				
木	<b>(木)水中運動</b>			
	12回/6600円	14:10-14:50		
対象：18歳以上 定員：30名 内容：水の特性を活かしながら身体を動かす教室 持物：白色水泳帽・水着・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
23.30.	14 21.28	4.11 18.25	2.9.16	
(予備日) 7/23				

木	<b>年中水泳教室</b>			
	12回/5400円	15:35-16:30		
対象：今年度4歳児の児童 定員：15名 内容：遊びながら水慣れができる教室 持物：ピンク色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
23.30.	14 21.28	4.11 18.25	2.9.16	
(予備日) 7/23				

木	<b>少年少女水泳教室～初級～</b>			
	12回/8400円	18:30-20:00		
クローラで25m以上泳げる小中学生 定員：50名 内容：泳ぎこむ事を通じ泳力、記録の向上を図る 持物：白色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
23.30.	14 21.28	4.11 18.25	2.9.16	
(予備日) 7/23				

金	<b>(金)水中運動</b>			
	12回/6600円	10:10-10:50		
対象：18歳以上 定員：30名 内容：水の特性を活かしながら身体を動かす教室 持物：白色水泳帽・水着・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
24	1.8.15 22.29	5.12 19.26	3.10.	
(予備日) 7/17.24				

金	<b>水中ウォーキング</b>			
	12回/6600円	13:10-13:50		
対象：18歳以上 定員：30名 膝・腰にやさしい！浮力で負担を軽減して歩ける教室 持物：白色水泳帽・水着・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
24	1.8.15 22.29	5.12 19.26	3.10.	
(予備日) 7/17.24				

金	<b>(金)年長水泳教室</b>			
	12回/5400円	15:35-16:30		
対象：今年度5歳児の児童 定員：25名 内容：水慣れから楽しんで泳力をつけていく教室 持物：ピンク色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
24	1.8.15 22.29	5.12 19.26	3.10.	
(予備日) 7/17.24				

金	<b>(金)女性水泳教室</b>			
	12回/7200円	18:30-20:20		
対象：中学生以上の女性 定員：50名 内容：初心者～上級者まで泳力別におこないます 持物：白色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
24	1.8.15 22.29	5.12 19.26	3.10.	
(予備日) 7/17.24				

土	<b>(土)4泳法水泳教室</b>			
	12回/7200円	10:10-11:30		
対象：18歳以上 定員：40名 内容：水慣れから4泳法の基礎を練習する教室 持物：白色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
25	2.9.16.23. 30	6.13 20.27	4.11	
(予備日) 7/18.25				

土	<b>親子プール ※第2土曜日開催</b>			
	1回/700円	13:30-14:30		
対象：未就学児とその保護者 定員：15組 パパママと一緒に水遊びをする教室小プールで遊ぼう 水泳帽・水着・ゴーグル(必要な方)・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
※料金2子目 +300円	9	13	11	

土	<b>少年少女水泳教室～上級～</b>			
	12回/8400円	18:30-20:00		
200mメドレーを4分以内で泳げる小3～中学生 定員：50名 内容：泳ぎこむ事を通じ泳力、記録の向上を図る 持物：白色水泳帽・水着・ゴーグル・タオル				
<4月>	<5月>	<6月>	<7月>	
18.25	2.9.16.23. 30	6.13 20.27	4	
(予備日) 7/11.18.25				

## お申込みは直接 体育館受付窓口へ

- ①申込用紙記入
- ②お支払い  
(※現金のみ)



※裏面をご確認ください