

# 水泳教室・プログラムのご案内

水泳が  
もっと好きに  
なる!

## 大人水泳教室

健康づくり  
始めなくっちゃ!

### 【教室内容】

以下教室参加の際は別途、施設利用料が必要です。  
(各教室60分)

教室名	曜日	時間	定員	参加費(税込)
大人水泳教室	木	12:15~13:15	各教室 各級 12名	400円 (1回)
	土	11:15~12:15		
フィンスイム	火	初級・中級/11:00~12:00		470円 (1回)
	水	上級/13:10~14:10		
	土	上級/12:25~13:25		
1ヶ月集中コース	金	11:00~12:00		400円(1回)
シニア教室	水	12:00~13:00		400円(1回)

【プログラム内容】 以下プログラム参加の際は別途、施設利用料が必要です。(各プログラム30分)

教室名	曜日	時間	定員	参加費(税込)
ウォーク&ジョグ	木	11:00~11:30	各20名	250円 (各1回)
サーキットエクササイズ	木	11:35~12:05		

※詳しくはお問い合わせください。※表示価格は全て税込価格です。

## 子ども水泳教室

下記の時間帯にて水泳教室開催中です。  
お気軽にお問い合わせください。(各教室60分)

参加料 **8,000円** (8回)

クラス名	対象	指導内容	曜日	定員	時間
水慣れコース	2歳半~小学校低学年	水慣れ・遊び	水~金 土	各20名	15:30~16:30 14:30~15:30
Aクラス	2歳半~小学生	水慣れ~クロール・背泳ぎ	火	25名	16:45~17:45
Bクラス	幼児~小学生	板キック5m~クロール・背泳ぎ	水~金 土	各30名 20名	16:45~17:45 15:45~16:45
Cクラス	小学生~中学生	背泳ぎ25m~4泳法	火~金 土	各20名	18:00~19:00 17:00~18:00
Dクラス	幼児~小学生	パタ足12.5m~4泳法	日	25名	10:00~11:00
Eクラス	幼児~小学生	水慣れ~12.5mパタフライ	日	25名	11:15~12:15

※詳しくはお問い合わせください。※表示価格は全て税込価格です。

教室の  
友達も出来て  
楽しい!

# スポーツ教室のご案内

対象 高校生以上

- キッズダンスA...5歳~小学6年生 ●キッズダンスB...小学4年生~中学3年生
- キッズダンスC...5歳~小学6年生 ●ジュニアダンス...小学5年生~中学3年生
- バスケットボールA...小学1年生~小学5年生 ●バスケットボールB...小学5年生~中学3年生

教室名	曜日	時間	定員	参加費(税込)
硬式テニス (第1体育場)	火	A 17:30~19:00	各15~30名	各10,680円 (12回)
		B 19:10~20:40		
	土	C 15:30~17:00		
		D 17:30~19:00 E 19:10~20:40		
卓球 (第1体育場)	火・土	15:30~17:00	各15名	各10,200円 (12回)
ヨガ (多目的室)	火	10:45~11:45	20名	4,680円 (4回)
リラックスヨガ (多目的室)	土	12:45~13:45	15名	5,160円 (4回)
気功・太極拳 (第2体育場)	水	9:30~11:00	40名	7,300円 (10回)

教室名	曜日	時間	定員	参加費(税込)
楽ラク健康づくり (多目的室)	火	A 12:00~13:20 B 13:30~14:50	各17名	各6,000円 (10回)
健康体操 (第2体育場)	金	A 13:00~14:20 B 14:30~15:50	各40名	各5,000円 (10回)
健康体力アップ (多目的室)	木	13:00~14:20	15名	6,000円 (10回)
メガダンス コアクロス (多目的室)	木	9:30~10:30	20名	4,680円 (4回)

※申込者数が少ない場合、教室を閉鎖させていただく場合がございます。予めご了承ください。※休館日(月曜日が祝日の場合、翌火曜日)は、受付しておりません。  
※申込後の種目、コース変更はできません。また申込後の受講料の還付はいたしかねます。※教室をお休みされた場合も受講料の還付はいたしかねます。  
※定員枠が既にいっぱいの際は教室にお申込できませんので予めご了承ください。※詳しくはお問い合わせください。※表示価格は全て税込価格です。

教室名	曜日	時間	定員	参加費(税込)
キッズダンス (多目的室)	土	A 10:20~11:20 B 11:30~12:30	各20名	各8,030円 (11回)
キッズダンス (第2体育場)	金	C 16:50~17:50	25名	
ジュニアダンス (多目的室)	金	18:10~19:10	20名	
バスケットボール (第1体育場)	水	A 18:10~19:10	各20名	5,800円 (4回)
		B 19:20~20:40		7,400円 (4回)

グループでのご利用がオススメです!!

## 体育場・多目的室



### 【体育場・多目的室 利用料金表】

利用場所	種別	1区分	2区分	3区分	4区分
		9:00~12:00	12:00~15:00	15:00~18:00	18:00~21:00
第1体育場	平日	1,400円	1,950円	1,950円	2,500円
	土日祝	1,680円	2,340円	2,340円	3,000円
第2体育場 (多目的室)	平日	1,200円	1,800円	1,800円	2,400円
	土日祝	1,440円	2,160円	2,160円	2,880円

※詳しくはお問い合わせください。※表示価格は全て税込価格です。

好きな時に利用できるからとってもおトク!  
“時間制限なし”で1日中使えます。

## 屋内プール・トレーニング室



### 【屋内プール・トレーニング場 利用料金表】

利用場所	種別	1回券	回数券(11枚)	定期券
屋内プール	大人	700円	7,000円	4,900円
	高齢者(65歳以上)	350円	3,500円	2,450円
	子供(16歳未満)	350円	3,500円	2,450円
トレーニング場	大人	600円	6,000円	6,000円
	高齢者(65歳以上)	300円	3,000円	3,000円
	高校生または18歳未満	400円	4,000円	4,000円
屋内プール トレーニング場 セット	大人	1,000円	10,000円	8,500円
	高齢者(65歳以上)	500円	5,000円	4,250円
	高校生または18歳未満	850円	8,500円	7,000円

※障がい者の方(介助者を含む)は無料です。介助者を要する障がい者の方は介助者の同伴が必要です。  
※詳しくはお問い合わせください。※表示価格は全て税込価格です。

大阪市立 **西成スポーツセンター**  
**西成屋内プール**