

# 南魚スポーツパラダイス

公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係

ディスポート南魚沼

8月の休館日

29日(月)

〒949-6611 南魚沼市坂戸372 ディスポート南魚沼内 ディスポート☎773・6620 スポパラ☎773・3210

## 8月の特別営業

日曜日・祝日、13日(土)・15日(月)・16日(火)は、時間を延長して営業します。

・プール 10:00~18:00 ・トレーニングルーム、アリーナ、ランニングトラック 9:00~18:30

## 南魚スポーツパラダイス 第2期(9月~12月)水泳教室 参加者募集

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、一部の教室で、定員を削減して実施します。

✖ 8月14日(日) 18:00まで

申 申込み用紙に必要事項を記入し、フロントにご提出ください(電話での申込みは不可)

選考方法 受付期間終了時に定員を超えた場合は、8月18日(木)17:00からディスポート南魚沼2階ロビーで抽選(落選の場合のみ、当日電話で連絡します)



[各コース全12回(ミニアクアのみ10回)]

コース	開催曜日・時間	参加対象者・内容	受講料		
			会員	一般	
水泳教室	親子	土曜日 12:00~12:50 対 9月末日で3歳以上のオムツがとれている未就学児と保護者 内 親子で水慣れ	保護者が会員の場合 新規 1,000円 再受講 2教室目 4,800円		
	幼児	水~土曜日 全5コース ※時間は曜日で異なります 対 9月末日で5歳以上の未就学児 内 水慣れから初歩のクロール			
	初級	火~土曜日 全9コース ※時間は曜日で異なります 対 小学生 内 水慣れ・顔つけから中級コースをめざす			
	中級・上級(小中学生の経験者対象)も募集します			新規 無料	1教室につき 5,400円
	レディース	火曜日 11:00~12:00 木曜日 11:00~12:00 対 16歳以上の女性 内 水慣れから4泳法まで	JSC会員 4,200円	ミニアクアのみ 2,500円	
	一般	水曜日 19:00~20:00 対 中学生以上 内 水慣れから4泳法まで			
		金曜日 13:00~14:30 対 16歳以上 内 4泳法の上達	再受講 2教室目 4,800円		
シニア	水曜日 14:00~15:00 対 おおむね60歳以上 内 水慣れからクロール、4泳法				
水中運動教室	アクアエクササイズ	水曜日 11:10~12:00 内 軽快な音楽のリズムに合わせて体を動かします	2教室目がミニアクア 2,000円		
	ミニアクアエクササイズ	木曜日 14:20~14:50 対 16歳以上			
	水中歩行	金曜日 11:00~12:00 内 水の抵抗を利用した筋力・体力アップ			

新規 今年度初めて参加する人 再受講 第1期受講者 JSC会員 ジュニアスポーツクラブ会員

締め切り後、定員に空きのあるコースは、8月19日(金)9:00~8月31日(水)21:00まで、先着順で追加募集を行います。(2教室目の申し込みも可)

### 共通事項

- ・保険料は、年会費・受講料に含まれます(当該教室時のみ有効)
- ・受講料のほかにプール入場料が別途必要(お得な定期券もあります)
- ・都合により、日程・回数・料金などが変更になる場合あり
- ・保護者がスポーツパラダイス会員であれば、未就学児は会員料金です。(ディスポート定期券も、会員割引を適用)