



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

DISPORT 南魚沼

8月は毎日開館します

〒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

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

締切り 8月14日(水) 18:00まで

申込み ディスポート南魚沼に用意してある申込み用紙とハガキに、必要事項を記入し、フロントに提出してください（電話での申込みはできません）

選考方法 受付期間終了時に定員を超えた場合は、8月17日(土) 17:00からディスポート南魚沼2階ロビーで抽選を行い、結果をハガキでお知らせします。



[各コース全13回（ミニアクアのみ10回）]

コース	開催曜日・時間	対象・内容	受講料		
			会員	一般	
水泳	親子 土曜日 19:00～19:50	対象 9月末日で3歳以上の未就学児（オムツがとれていること）と保護者 内容 親子で水慣れ	親子新規 1,540円	1教室につき 5,650円	
	幼児 水曜日～土曜日 全5コース (時間は曜日で異なります)	対象 9月末日で5歳以上の未就学児 内容 水慣れから初歩のクロール	幼児新規 820円 再受講 4,110円		
	初級 火曜日～土曜日 全8コース (時間は曜日で異なります)	対象 小学生 内容 水慣れ・顔つけから中級コースをめざします	新規 無料		
教室	中級・上級 (小中学生の経験者が対象) も募集します		再受講 4,110円		
	レディース 火曜日 11:00～12:00 木曜日 11:00～12:00	対象 16歳以上の女性 内容 クロールが泳げるように	JSC会員 3,600円		
	成人	水曜日 19:00～20:00	対象 中学生以上 内容 顔つけ・水慣れから	2教室目から 4,110円	
		金曜日 13:30～14:30	対象 16歳以上 内容 4泳法の上達		
シニア 水曜日 14:00～15:00	対象 おおむね60歳以上 内容 水泳で筋力・体力アップ				
水中運動教室	エンジョイアクア 火曜日 20:10～21:00	対象 16歳以上 内容 軽快な音楽のリズムに合わせて体を動かします	ミニアクアのみ 2教室目と再受講 2,050円	ミニアクアのみ 3,080円	
	アクアエクササイズ 水曜日 11:10～12:00				
	ミニアクア 木曜日 14:20～14:50				
	水中歩行 金曜日 11:00～12:00	内容 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期に参加した人 **JSC会員** ジュニアスポーツクラブ会員

◇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）

※未就学児は、保護者がスポーツパラダイス会員であれば会員料金とします。ディスポート定期券購入時も、会員割引を適用します

◇都合で日程・回数・料金などを変更する場合があります ◇詳しい内容などは、お問い合わせください

◇締切り後、定員に空きのあるコースは、8月18日(日) 9:00～31日(土)に、先着順で追加募集を行います（2教室目の受講も可）