



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

〒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

ディスポート南魚沼

12月の休館日 毎週月曜日
 整備休館 12月29日(日)～
 令和2年1月3日(金)
 ※12月25日(水)～28日(土)の営業
 は、9:00～17:00。プールの
 利用不可

第3期（1月～3月）水泳教室 参加者募集

締切り 12月11日(水) 21:30

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 ※電話での申込みはできません

選考方法 申込みが定員を超えた場合、12月13日(金) 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。



コース	開催曜日・時間	対象者： 対象 ・内容： 内容	受講料		
			会員	一般	
水 泳 教 室	親子	土曜日 19:00～19:50	対象 令和2年1月31日(金)時点で3歳以上のオムツがとれている未就学児と保護者 内容 親子で水慣れ	保護者が会員の場合 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 令和2年1月31日(金)時点で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 3,080円	
	初級	水曜日～土曜日 全7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、中級コースをめざす	新規 無料	
	中級・上級 (小中学生の経験者が対象) も募集します				
	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	再受講 3,080円	
	一般	水曜日 19:00～20:00	対象 中学生以上 内容 顔つけ・水慣れから	JSC会員 3,600円	
		金曜日 13:00～14:30	対象 16歳以上 内容 4泳法の上達	2教室目から 3,080円	
シニア	水曜日 14:00～15:00	対象 おおむね60歳以上 内容 水泳による筋力・体力づくり			
水中運動教室	エンジョイアクア	火曜日 20:10～21:00		ミニアクア が2教室目か再受講の場合 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	対象 16歳以上 内容 水の抵抗を利用した筋力アップ、体力アップ		
	ミニアクア	木曜日 14:20～14:50			
	水中歩行	金曜日 11:00～12:00			

- 新規 今年度初めて参加する人 再受講 第1期か第2期に参加していた人 JSC会員 ジュニアスポーツクラブ会員
- ・上記受講料のほかに、プール入場料が別途必要（お得な定期券あり）
 - ・教室は、都合で日程・回数・料金などを変更する場合あり。教室の内容などは、スポパラ事務局まで
 - ・未就学児は、保護者がスポーツパラダイス会員の場合、会員料金を適用（ディスポート定期券購入時も、会員割引を適用）
 - ・締切り後、空きのある教室は、12月14日(土) 9:00～28日(土) 17:00に先着順で追加募集を実施（2教室目の受講も可能）