

# アスパークだより



No.518 3月号発行 発行者 後藤・川口

暖冬のおかげで雪は少ないですが、寒暖差による体調不良が起こりやすい時期です！  
免疫力アップのために身体を動かす機会を増やして健康な毎日を過ごしましょう！

## 春期スポーツ教室申し込み受付中

【申込期間】 2/18(日) から 3/8(金) まで

【申込方法】 インターネット または 受付窓口

\*新規スポーツ教室会員も大募集\*



新しい教室が増えて内容盛りだくさんです  
たくさんの方のお申し込みをお待ちしております！

※変更点のある教室の確認もお願いします※

亀田総合体育館スポーツ教室  
令和6年度 主な変更点について

### ■新規開催教室

| 教室名                   | 曜日 | 時間          | 場所        |
|-----------------------|----|-------------|-----------|
| ファイティングシェイプ           | 水  | 10:00~10:50 | ミーティングルーム |
| はじめてのやさしいピラティス        | 水  | 20:15~21:00 | ミーティングルーム |
| リンパケアストレッチ            | 金  | 9:45~10:35  | ミーティングルーム |
| ZUMBA(金曜)             | 金  | 12:00~12:45 | ミーティングルーム |
| キッズヒップホップ             | 金  | 18:30~19:30 | ミーティングルーム |
| 午後の水泳ゆったり平泳ぎ・バタフライコース | 金  | 14:00~15:00 | プール       |
| 初心者・初級者卓球             | 金  | 10:00~12:00 | メインアリーナ   |

### ■変更点のある教室

| 教室名             | 変更内容                        |
|-----------------|-----------------------------|
| ZUMBAゴールド       | 9:45~10:30→11:00~11:45      |
| バレトンS・S(昼)      | 15:30~16:20→15:10~16:00     |
| ジュニアテニスビギナーコース  | 春秋冬開催→後期(10月~3月)のみ開催        |
| 午後の水泳クロール背泳ぎコース | 水曜13:55~14:55→火曜14:00~15:00 |
| 午後の水泳平泳ぎコース     | 木曜15:00~16:00→水曜13:55~14:55 |
| 午後の水泳4泳法コース     | 金曜14:00~15:00→木曜15:00~16:00 |
| アクアエクササイズ(土)    | 講師変更                        |

※「午後の水泳バタフライコース」、「ナイト水泳4泳法」は変更ありません。

### ■開催終了となる教室

| 教室名              | 曜日 | 時間          | 場所        |
|------------------|----|-------------|-----------|
| ZUMBA(水曜)        | 水  | 9:45~10:30  | ミーティングルーム |
| 水曜ヨガ(夜)20        | 水  | 20:05~21:00 | ミーティングルーム |
| アクアエクササイズ(火)     | 火  | 11:10~12:00 | プール       |
| ブルde健康           | 水  | 11:00~12:00 | プール       |
| みんなの水泳           | 木  | 10:30~11:30 | プール       |
| 上級者卓球(金)         | 金  | 10:00~12:00 | メインアリーナ   |
| 初心者・初級者、中級者卓球(金) | 金  | 13:00~15:00 | メインアリーナ   |

詳細はスタッフまでお聞きください

お申し込みフォーム



プログラムガイド



教室の詳細は館内で掲示・配布しております  
ホームページからもご覧いただけます  
ご不明な点はスタッフまでお問い合わせください

R6年度 亀田総合体育館 春期スポーツ教室プログラムガイド

※本館より曜日・時間等、変更点のある教室もございます。ご確認の上、お申込ください。

| No. | スポーツ名    | 実施 | 種別   | 日数 | 曜日 | 時間          | 回数  | 料金     | 対象    | 内容                       | 申込期間             |
|-----|----------|----|------|----|----|-------------|-----|--------|-------|--------------------------|------------------|
| 1   | 水泳(初級)   | 水  | 初級   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 2   | 水泳(中級)   | 水  | 中級   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 3   | 水泳(上級)   | 水  | 上級   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 4   | 水泳(親子)   | 水  | 親子   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 5   | 水泳(幼児)   | 水  | 幼児   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 6   | 水泳(高齢)   | 水  | 高齢   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 7   | 水泳(障害)   | 水  | 障害   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 8   | 水泳(視覚)   | 水  | 視覚   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 9   | 水泳(聴覚)   | 水  | 聴覚   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 10  | 水泳(知的)   | 水  | 知的   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 11  | 水泳(身体)   | 水  | 身体   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 12  | 水泳(精神)   | 水  | 精神   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 13  | 水泳(社会)   | 水  | 社会   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 14  | 水泳(文化)   | 水  | 文化   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 15  | 水泳(経済)   | 水  | 経済   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 16  | 水泳(政治)   | 水  | 政治   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 17  | 水泳(教育)   | 水  | 教育   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 18  | 水泳(科学)   | 水  | 科学   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 19  | 水泳(技術)   | 水  | 技術   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 20  | 水泳(芸術)   | 水  | 芸術   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 21  | 水泳(歴史)   | 水  | 歴史   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 22  | 水泳(地理)   | 水  | 地理   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 23  | 水泳(生物)   | 水  | 生物   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 24  | 水泳(化学)   | 水  | 化学   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 25  | 水泳(物理)   | 水  | 物理   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 26  | 水泳(数学)   | 水  | 数学   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 27  | 水泳(言語)   | 水  | 言語   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 28  | 水泳(文学)   | 水  | 文学   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 29  | 水泳(音楽)   | 水  | 音楽   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 30  | 水泳(美術)   | 水  | 美術   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 31  | 水泳(保健)   | 水  | 保健   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 32  | 水泳(安全)   | 水  | 安全   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 33  | 水泳(環境)   | 水  | 環境   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 34  | 水泳(情報)   | 水  | 情報   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 35  | 水泳(交通)   | 水  | 交通   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 36  | 水泳(観光)   | 水  | 観光   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 37  | 水泳(飲食)   | 水  | 飲食   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 38  | 水泳(娯楽)   | 水  | 娯楽   | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 39  | 水泳(スポーツ) | 水  | スポーツ | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |
| 40  | 水泳(その他)  | 水  | その他  | 10 | 水  | 10:00~10:50 | 10回 | 5,400円 | 小学生以上 | 水泳の楽しさを体験し、泳ぎの楽しさを味わいます。 | 2月18日(日)~3月8日(金) |



