



# 第148期スポーツ教室参加のしおり

《開講期間》平成24年1月7日(土)～3月20日(火)

## ☆参加上の留意事項

- ・ 事前に健康をチェックし、異常がある場合は指導者に相談してください。
- ・ 服装は、スポーツ教室にふさわしいものを準備してください。  
水泳教室：水着（競泳タイプが適当）、スイミングキャップ  
体操教室：軽快な運動着、室内用運動靴  
\*持ち物には、名前を書いてください。
- ・ 出席カードは、大切にお持ちください。（再発行はしません。）
- ・ 1階フロント入場受付は「子ども・親子」教室は開始15分前です。  
「成人」教室の入場受付は開始30分前です。
- ・ 原則として、教室開始1時間前に気象警報が出ている時は、教室は休講となります。（波浪警報は除く。）
- ・ 休講・欠席分は、その期の教室開催期間から次期教室開催期間の月末まで、一般開放で利用することができます。（ただし、受講者本人に限ります。また、出席カードをお持ちでない場合、利用できませんのでご注意ください。）
- ・ スポーツ教室でのケガについては、予め加入してるスポーツ安全保険の範囲で取り扱います。
- ・ **教室申し込み後の受講料は、返金できませんのでご注意ください。**

## ☆プール使用上の注意事項

- ・ プールへは、タオルを持っていきましょう。（更衣室に水を持ち込まないため。）
- ・ 入水前には、化粧を落としましょう。
- ・ アクセサリー（ネックレス、ピアス）・時計等の貴金属は、はずしましょう。
- ・ スイミングキャップを必ず着用しましょう。
- ・ 幼児・児童の地下シャワー室利用は、危険防止のため禁止します。

## ☆リハビリ相談

- ・ 毎月第2火曜日に理学療法士によるリハビリ相談を無料で実施しています。お気軽にご相談下さい。詳しくは、フロントまでお問い合わせください。

**駐車場は大変混み合います。車でご来場の節は、  
混雑緩和にご協力ください。**

## 【お問い合わせ】



和歌山県体力開発センター 「サン・ウイング」

和歌山市中之島2252 TEL073-431-7173

指定管理者：(財)和歌山県スポーツ振興財団

日	月				火				水(休館)	木				金				土			
	ジム	トリム	プレイ	プール	ジム	トリム	プレイ	プール		ジム	トリム	プレイ	プール	ジム	トリム	プレイ	プール	ジム	トリム	プレイ	プール
9:45																					
10:00				SB日	AS月		SL月	LA火				SL火				YGII	SA-1	HH		SB土	
11:00				SF日			AE					スミヤ				YGIII	AC	HH土		SF土	
12:00				SJ日	YGIV			YGS													
13:00																					
14:00	成人一般開放	成人一般開放	子ども(中学生以下)一般開放	一般開放	成人一般開放	TK	一般開放	成人一般開放	成人一般開放	TK	一般開放	成人一般開放	成人一般開放	AS木	一般開放	FYG	SY	FK	A-2土	一般開放	
15:00																			B-5		
16:00					A-2月	SA月	A-1火	SA火				A-1木	SA木	A-3	SA金	A-4II	A-4I				
17:00					A-5	SB月	A-6	SB火				A-7	SB木	B-4	SB金						
18:00					B-1	B-6	SJ月	B-2	B-7	SJ火				B-3	B-8	SJ木	G-1	SJ金		SC	
19:00							SC	KA		SC						G-2	SC		SNII		
20:00					AN						SNI		YGI	AQN	SU-E		YG		SN土		
21:00																					

2012	日	月	火	木	金	土
1月	8 15 22	16 23 30	10 17 24 31	12 19 26	13 20 27	7 14 21 28
2月	5 12 19 26	6 13 20 27	7 14 21 28	2 9 16 23	3 10 17 24	4 18 25
3月	4 11 18	5 12 19	6 13 *20	1 8 15	2 9 16	3 10 17

\*SL(火)10:00 休講日3/13 → 変更日3/20

## 幼児・児童スポーツ教室の種別

教室名	初級教室	継続教室
幼児体操教室	A-2 (月・土)	A-3~7
児童体操教室	B-1	B-2~8 G-1・2
幼児水泳教室	初級・継続 SA 月・火・木・金	
児童水泳教室	初級・継続 SB 月・火・木・金・土・日	
	継続 SF 土・日 SJ 月・火・木・金・日	
幼児・児童教室(149期体操)継続期間 平成24年3月13日(火)～19日(月)		
幼児・児童教室(149期水泳)継続期間 平成24年2月12日(日)～18日(土)		
☆水泳教室の継続期間にご注意ください。		