

# わくわくランド

## 2月プール教室案内

\*有料教室 600円【事前申し込み受付※別途入館料】※中学生以下を除く

### ◆クロール（中級者向け）

開催日 2/3, 10, 17, 24（火曜日）  
時間 11:00～11:50  
場所 アクアゾーン スイムプール  
定員 10名（先着順）  
内容 クロールの呼吸やクロールのレベルアップを目指します  
持ち物 水着、スイミングキャップ、ゴーグル、タオル、飲み物



### ◆はじめてスイム

開催日 2/5, 19, 26（木曜日）※2/12は休講です  
時間 13:00～13:50  
場所 アクアゾーン スイムプール  
定員 10名（先着順）  
内容 初めて泳ぎの練習をする方や、クロールの基礎の習得を目指します  
持ち物 水着、スイミングキャップ、ゴーグル、タオル、飲み物



\*教室予約サイト\*



\*無料教室【当日受付※別途入館料】※中学生以下を除く

### ◆水中ウォーキング

開催日 2/2, 9, 16（月曜日）※2/23は休講です  
時間 11:00～11:30  
場所 アクアゾーン スイムプール  
定員 20名（先着順）  
内容 水中ウォーキングの簡単なアドバイスをを行います！  
水中での歩き方を覚えてみませんか？  
持ち物 水着、スイミングキャップ、タオル、飲み物



### ☆フール教室 注意事項☆

- ・有料教室は、ストアーズ（予約サイト）にての**事前申し込み制**となります。詳しくはホームページをご確認いただくか、QRコードからお申し込みください。
  - ・無料教室は、教室開始30分前からアクアゾーン監視室前にて受付を開始いたします。
  - ・各教室定員になり次第、予約を締め切らせていただきます。
  - ・有料教室にしましては、定員に空きがある場合のみ、**教室開始後10分まで**当日受付も行います。**※事前にサイトをご確認の上、お越しください。**
  - ・有料教室の教室利用料金は**当日支払い**となります。**必ず教室料金をお持ちの上で来館ください。**※別途入館料が必要です
  - ・有料教室ご参加の方は当日、入館時に入館チケットと教室チケットを券売機で購入後、入館手続きをしてください。
- 10:15～フロントにて教室受付を行います。
- ・お電話・ハガキでの受付は一切していません。
  - ・教室のみのご利用はできません
  - ・教室実施中はインストラクターの指示に従ってください。
  - ・教室中の事故に関しては自己責任となります。体調に合わせて楽しく運動しましょう♪

上尾市健康プラザわくわくランド  
住所：上尾市西貝塚17-1  
TEL：048-783-1126  
指定管理者 シンコースポーツ・協栄共同事業体