

2025年度

# 新1年生夕方水泳塾

期間：5月20日～6月24日

火曜日（全6回）

時間：17：00～18：00

対象員：新1年生

定員：15名

※応募者多数の場合は抽選

参加料：5,700円

**応募期間：4月1日（火）～4月15日（火）**

※当選者の方のみ振込ハガキが届きます。落選のお知らせ等はありません。

※当選者の方は参加前に [当館ホームページ](#)にて参加案内を必ずご確認ください。

85

8 1 1 1 3 4 4

福岡市立南市民プール  
〇〇教室募集係

福岡市南区三宅3丁目31-1

- ①参加者希望教室名
- ②参加者氏名(ふりがな)
- ③住所
- ④保護者氏名
- ⑤連絡先

初めての水泳  
授業に備えて  
準備しておこう！



福岡市立南市民プール

〒811-1344

福岡市南区三宅3丁目31-1

TEL (092) 561-6011

# 2025年度 第1期ウオーターキッズ教室

## 参加者募集



<実施日>5月11日(日)~6月29日(日) ※除外日なし

毎週日曜日 全8回

<実施時間>14:00~15:00(60分)

<対象>幼児(4歳~6歳)

<定員数>15名 ※応募が多数の場合は抽選

<参加料金>6,200円



**応募期間：4月1日(火)~4月15日(火)**

期日内に官製はがきにてにご応募ください(上記期日必着)

**申し込み方法：官製はがき**  
**支払い方法：コンビニ決済**

※当選者の方のみ払込ハガキが届きます。落選のお知らせはございません。

《官製ハガキ》

85円  
切手

8 1 1 - 1 3 4 4

※記載不備がある場合は  
応募が無効となります。

福岡市立南市民プール  
〇〇教室募集係

福岡市三宅3の31の1

- ①教室名
- ②参加者氏名
- ③ふりがな
- ④性別
- ⑤学年(年齢)
- ⑥住所
- ⑦電話番号
- ⑧保護者氏名

表

裏

福岡市立南市民プール

【指定管理者】シンコースポーツ・西鉄ビルマネージメントグループ  
F811-1344 福岡市南区三宅3丁目31番1号 TEL (092) 561-6011

2025年度



# 春のヨガ教室

日程: 4月19日～6月28日 (除外日: 5/3)  
日曜時講定対参加料: 毎週土曜日 (全10回) 10:00～11:00  
師: 新留 梓  
員: 15名  
象: 18歳以上  
参加料: 9,000円



【申込】 4月1日(火) 9:00～  
2階事務所にて先着受付(電話可)



★どんな教室?★

様々なポーズ、独特な呼吸法、瞑想を組み合わせ  
て身体の柔軟性・筋持久力の向上と、リラックス効果が  
期待できる教室です!!  
男性の方も気軽にご参加ください!

・プールに対して抵抗がある方  
・運動を始めたいけど何から始めていいかわからない方  
・隙間時間を有効活用したい方など  
ご参加お待ちしております



福岡市立南市民プール 092 - 561 - 6011

# アンダーレース 2025年度 第1クール開講!

4/1(火)開始



★定員 7名  
★対象 15歳以上  
★参加料 1回600円

## 健康水中運動

金曜 10:00~10:45  
歩くだけでなく、水の負荷を使った運動を行います

## 初心者クラス

火曜 14:00~15:00  
水慣れからクロール25m完泳を目指します!

## 4泳法

火曜 19:30~20:30  
4泳法の習得を目指し、泳力・体力アップを目指します  
個人メドレーにチャレンジ!

## クロール・背泳ぎ

金曜 14:00~15:00  
クロール・背泳ぎの25m完泳を目指します!

## ステップアップ

金曜 13:00~14:00  
クロール25m泳げる方を対象に4泳法の基礎習得など  
ステップアップ目指します!

★レッスン開始30分前から  
2階事務所で受付(先着順)  
★詳しくはチラシをご覧ください  
(館内配布)

福岡市立南市民プール

092-561-6011



# 朝活！

## 2025年度

思った日からいつでも  
はじめる

# フロアストレッチ



1人じゃなかなかできないけど、みんなと一緒になら楽しくできる！  
身体をほぐし・肩こり腰痛予防などみなさんと楽しみながらはじめてみませんか？

期日	日時	4月1日～7月15日（祝日）
定員	10名	火曜 10:00～11:00
対象	18歳以上	
参加料	1回550円	
持参物	動きやすい服装・タオル・飲み物・靴袋	

レッスン開始30分前から2階事務所で受付（先着順）

ご不明な点がございましたらお気軽にスタッフにおたずねください。

## 福岡市立南市民プール

指定管理者 シンコスポーツ・西鉄マネージメントグループ

☎ 092-561-6011



# 第1期アクアビクス教室

音楽に合わせて  
身体を動かすの  
楽しいよ!



日時 5月13日～7月1日 毎週火曜日 (全8回)  
11:00～12:00  
講師 荒木 由美  
定員 15名  
対象 18歳以上  
参加料 7,200円

※申し込み方法※

4月15日 (火) 9時00分より2階事務所にて  
先着順受付 (電話可)

福岡市立南市民プール  
092-561-6011



イベント

教室名	対象者	開催期間	曜日	時間	定員	受講料	申し込み期間	申し込み方法
ウォーターランド	小学生以上	5/5	月	13:30~15:30	80	1,500円	4/5 9:00~ 定員まで	電話・窓口 (先着順)
				16:00~18:00	80			

スポーツ教室

教室名	対象者	開催期間 (除外日)	曜日	時間	定員	回数	受講料	募集期間	募集方法
第1期小学生水泳教室	小学生	4/13~6/22 (5/4)	日	9:15~10:15	30	10	9,500円	3/1~3/14 (必着)	官製はがき (抽選)
				10:30~11:30	30				
				11:45~12:45	30				
第1期 ウォーターキッズ教室	幼児 (4~6歳)	5/11~6/29	日	14:00~15:00	15	8	6,200円	4/1~4/15 (必着)	官製はがき (抽選)
新1年生夕方水泳塾	新1年生	5/20~6/24	火	17:00~18:00	15	6	5,700円	4/1~4/15 (必着)	官製はがき (抽選)
第1期アクアピクス教室	18歳以上	5/13~7/1	火	11:00~12:00	15	8	7,200円	4/15 9:00~ 定員まで	電話・窓口 (先着順)
春のヨガ教室	18歳以上	4/19~6/28 (5/3)	土	10:00~11:00	15	10	9,000円	4/1 9:00~ 定員まで	電話・窓口 (先着順)

※ 官製はがきでお申込み頂く教室につきましては、記載内容等は下記をご参照ください。

当日参加型教室

(除外日:点検日・祝日・5/2)

	教室名	対象者	開催期間	曜日	時間	定員	受講料	申し込み期間	申し込み方法
ワンデー プール レッスン	健康水中運動(45)	15歳以上	4/4~6/27	金	10:00~10:45	各コース 7名	1回 600円	定員まで	当日開始30分前 (先着順)
	初心者クラス(60)		4/1~6/24	火	14:00~15:00				
	クロール・背泳ぎ(60)		4/4~6/27	金	11:00~12:00				
	ステップアップ(60)		4/4~6/27	金	13:00~14:00				
	4泳法(60)		4/1~6/24	火	19:30~20:30				
	フリークラス(60)		6/4~6/25	水	10:00~11:00				
	アパアレスカ* (特別版)		5/7~5/28	水	10:00~11:00	12名			
フロア	朝活!フロアストレッチ (2階研修室)	18歳以上	4/1~7/15	火	10:00~11:00	10名	1回 550円	5/15 9:00~ 定員まで	2階窓口・電話可 (先着順 (時間予約制))
	NEC歩行姿勢測定会 (1回800円) ピークアポディ測定会 (2階研修室 1回1700円)	18歳以上	6/2	月	10:00~12:00 13:00~16:00 (1人20分程度)	各15名	教室名に 記載		

※ 当日参加型の教室です。教室の内容や時間帯など自分に合った教室にその都度参加できます。

※ 詳しくは裏面にてご案内しております。



皆様のご参加、  
お待ちしております

その他、お問い合わせ先 ↓

子ども系水泳教室申込時 官製はがき記載要領

ご注意ください!

子ども系水泳教室の申し込み方法  
が変わります!



申し込み方法: (旧) 往復はがき⇒(新) 官製はがき

支払い方法: (旧) 事務所窓口⇒(新) コンビニ決済

※ 当選者の方のみ【払込はがき】が届きます。

落選のお知らせ等はございません。

85	8	1	1	1	3	4	4
福岡市立南市民プール 募集係	福岡市南区三宅3丁目31番1号	①参加者希望教室名	②参加希望時間	※第2希望まで記入	※ウォーターキッズ教室 参加希望の方は記入不要	③参加者氏名(ふりがな)	④参加者学年
		⑤住所	⑥保護者氏名	⑦連絡先			

【指定管理者】  
シコースポーツ  
西鉄ビルマネジメントグループ  
〒811-1344  
福岡市南区三宅3丁目  
31番1号  
Tel:092-561-6011

南市民  
プール  
QRコード

