

子供向け特別教室

①秋の短期水泳教室 2024

①楽しい水遊び ②初心者でも安心の泳力別練習 ③のびのびフリータイム
④教室を振り返り、次につなげます

実施日 9月22日(日)~9月23日(月) 2日間

時間 8:50~10:00(各時間体操含む)

対象 3歳~小学生 定員 30名

参加費 1名 3,520円(税込) ※プール利用料含む

ハイツのプールは
温かいので
ご安心ください!



②ジュニアランニング教室

「走り」の基礎習得を目指します。体の動きづくりの練習を行うことで、走ることの可能性を引き出します。

実施日 木曜日 10月(10、17、24日) 時間 A 15:50~16:50
11月(7、14、21日) B 17:00~18:00
12月(5、12、19日) 対象 A 小学1年~3年生
B 小学4年~6年生

定員 各10名程度

参加費 13,860円(税込) ※毎回施設利用110円(税込)別途必要 体験1回分 1,100円(税込)



③親子ふれあいプール教室

親子のスキンシップを目的としたプール教室です。
親子での体操やプールプログラムで、楽しい時間を過ごします。

実施日 10月10日(木)、11月14日(木)、12月19日(木)

時間 10:30~12:30 定員 各日20組

対象 6ヶ月~3歳のお子様と保護者

参加費 各日1組 1,100円(税込) ※利用料が別途大人390円(税込)、小人110円(税込)必要

親子の
スキンシップ!



④ジュニアテニススクール体験

「テニスを基礎から始めよう」という小学生向けスクール。
専門の指導者が指導いたします。

実施日 10月、11月の土曜日
10月(5、12、19、26日) 11月(2、9、16、30日)

時間 9:00~10:00 対象 小学1年~中学1年生

定員 各日2名程度

参加費 体験1回分 1,100円(税込) ※お1人様1回のみ体験です。



ジュニア&成人 スイミングスクール

ジュニア・大人コース共に、泳力に合わせて幅広いカリキュラムで指導いたします。楽しみながらレベルアップ!

対象 各スクールの対象に準ずる 日時 各スクールの日時に準じますのでHPにてご確認ください。

スクール会員料金 [共通] 月会費 5,500円(税込6,050円)

※入会時のみ事務手数料500円(税込550円)を別途申し受けます。
※「ジュニアスイミングスクール」・「大人のプール健康教室」共通の料金です。
※各コース、定員に対して空きが少ない場合、予約が必要な場合があります。



ジュニアスイミングスクール体験/大人のプール健康教室体験

お申込み まずはお電話でご予約ください。 定員 各日2名程度

参加費 1,000円(税込1,100円)

※プールスクールは利用料として大人390円(税込)、小人110円(税込)別途必要。
※大人のプール健康教室はスクール実施日に随時体験いただけます。
※ジュニアスイミングスクールは10月・12月のスクール実施日のみ体験いただけます。
※各コースとも、お1人様1回限りの体験とさせていただきます。
※体験当日、フロントにて申込用紙に必要事項をご記入の上、料金を添えてお申込みください。
※実施前日または定員になり次第締め切らせていただきます。 ※体験日に着用する水着・キャップは自由です。



初めてでも超安心!

ジュニアスイミングスクール

3歳~中学生

コース名	対象	曜日	時間
Kコース	3歳~年長	月・水・木・金曜日	15:20~16:20
Aコース	年少~中学生	月・水・木・金曜日	16:20~17:30
		土曜日	10:05~11:15
Bコース	年中~中学生	月・水・木・金曜日	17:35~18:45
	年少~中学生	土曜日	11:20~12:30
Cコース	年少~中学生	土曜日	12:35~13:45

大人のプール健康教室

18歳以上

※各コース曜日を一つ決めて頂きます。

コース名	対象	曜日	時間
水中ウォーキング	中高年向け	水曜日	11:15~12:30
		金曜日	
大人水泳教室	18歳以上	月曜日	11:15~12:30
		木曜日	
シニア水泳教室	中高年向け	水曜日	14:00~15:15
		金曜日	
成人水泳教室	18歳以上	木曜日	19:15~20:30
		土曜日	

大人向け特別教室

⑤中高年からのらくらく短期水泳教室

秋の健康づくり、肥満解消に水泳を!
まずは、水慣れ、浮き方、進み方、呼吸練習など。

実施日 木曜日 9月(12、19、26日) 10月(10、17、24日)
11月(7、14、21日)

時間 14:00~15:15

定員 10名程度

対象 中高年水泳初心者限定
※25m泳げない方

参加費 13,860円(税込)

※毎回プール利用料390円別途必要

初心者でも安心です!



⑥貯筋運動教室

転倒予防、介護予防のために、運動習慣を身につけたい方
向けの軽運動(ストレッチ、筋力アップ体操や運動、脳トレ等)。

実施日 木曜日 10月(10、17、24日) 11月(7、14、21日)
12月(5、12、19日)

時間 9:45~11:00

定員 10名程度

対象 高齢者(一人で運動できる方)

参加費 13,860円(税込)

※毎回施設利用料440円別途必要

わきあいあい楽しく運動!



⑦テニススクール(成人)体験

「テニスを始めよう」という方向けスクール。
専門の指導者が指導いたします。

実施日 10月、11月の金曜日
10月(4、11、18、25日) 11月(1、8、15、22日)

時間 10:00~11:20

定員 各日2名程度

対象 18歳以上

参加費 体験1回分 1,100円(税込)

※お1人様1回のみ体験です。



秋の特別教室

9月2日(月) 13:30から

お電話にて予約受付開始 ※火曜日は休館日です。

- ①の秋の短期水泳教室は9月15日(日)又は定員になり次第締め切ります。
※9月15日(日)までに常願寺ハイツフロントにて、参加費を添えてお申し込みください。
- ③④⑦は電話予約後、参加当日常願寺ハイツフロントで、参加費をお支払いください。
- ②⑤⑥は電話予約後、教室開始日までに参加費を添えてお申し込みください。

複合健康スポーツ施設 富山地区広域圏事務組合

お問い合わせ

常願寺ハイツスポーツ公園

[営業時間] 月~土曜/10:00~21:00、日曜・祝日/10:00~18:00 [休館日] 毎週火曜日

TEL. 076-462-1164

〒930-0265 中新川郡立山町泊新83-6
FAX:076-462-9031 info@joganji-sports.com
https://www.joganji-sports.com 常願寺ハイツ