



こどもの日 温水プール 無料開放



十日町体力づくり支援センター

感染症予防対策により、本企画を中止する場合があります

小学生限定イベント開催!!

(詳細は裏面をご覧ください)

5/5(日)

10:00~17:00

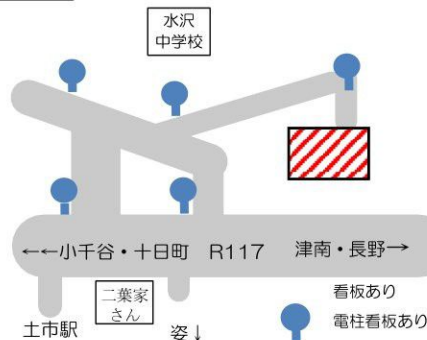
家族みんなで楽しめる!
プールでカラダを動かそう!

温水プールご利用時の注意点

- 小学校3年生以下のお子さまは必ず保護者の方と一緒にご利用ください
- 水着・水泳帽子を必ず着用してください(貸出しはおこなっておりません)
- 浮き具(大きすぎるもの)、ビーチボールはご利用いただけません
- コース案内表示に従ってご利用ください
- カメラ撮影は禁止です

不明な点は以下のお電話までお問い合わせください

案内図



T-2404HF-0003



公益財団法人体力づくり指導協会 十日町市馬場丙 1495-8 www.tairyoku.or.jp/
十日町体力づくり支援センター TEL.025-758-3343

小学生
限定

5月5日 子どもの日特別イベント

プールに隠れている『宝もの引換券』を見つけて宝ものをゲットしよう！



プールで宝さがし

【第1部】 11時開始

申込開始: 当日10時から
(10時45分申込締切)

【第2部】 14時開始

申込開始: 当日13時から
(13時45分申込締切)

- 対 象：小学生
場 所：十日町体力づくり支援センター内プール
参 加 費：無料
定 員：先着20名/各時間帯
持 ち 物：水着・帽子・ゴーグル・タオル等の水泳道具
申込方法：当日施設受付にてお申込みください
そ の 他：申込は先着順です。定員に達し次第受付終了となります
また、イベント開始時間に受付を終了いたします

■十日町体力づくり支援センターの information



十日町体力づくり支援センターでは、運動教室体験や3ヶ月単位の運動教室を開催し、皆さまの健康サポートをしています。各講習会の受講料、開催曜日はQRからご覧ください。



🌸 ベビー水泳教室無料体験

随時受付中

生後6ヶ月～3歳までの赤ちゃんとその保護者を対象とした親子で楽しむベビースイミング教室

🌸 スタイルアップ・フィットネス（3ヶ月講習会）

1回受講可

理想の体型を目指して筋トレとストレッチをメインとしたフィットネス教室

🌸 水泳のための運動教室（3ヶ月講習会）

1回受講可

気持ちよく泳ぐために必要なカラダの柔軟性や動かし方を陸上と水中でおこなう運動教室