

500円

教室体験会

4月1日(火) ▶ 2026年3月21日(土)

幼児学童教室につきましては短期教室開催月や体験対象外の日が毎月ございますので、事前にご相談ください

楽しいを
見つける、春



入会キャンペーン

入会特典

初回月額指導料

※5ヶ月以上継続して在籍される方が対象
※別途、登録料・サーチャージが必要です
※既に会員登録している方は対象外です

0円

2025年5月27日(火)までに
入会キャンペーンの申込方法にてお手続きください

同時開催！

運動教室体験会の詳細は裏面をご覧ください



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

営業時間：平日 10:00～21:00／土曜 9:30～21:00／日曜 9:30～15:00 施設休館：水曜日



【入会キャンペーンの申込方法】

以下のものをご用意のうえ、施設受付にてお手続きください

- 費用(登録料:5,000円、サーチャージ料:185円)
- 指定用品代(幼児学童・キッズたいそう教室のみ)
- 金融機関届出書(引落口座のお届け印捺印)

500円
体験

十日町体力づくり支援センターで開催している運動教室を **1回 500円** で体験ができます！

幼児学童水泳教室

水泳は最も優れた全身運動。
全身の筋肉をまんべんなく動かして
丈夫なカラダづくりを目指します。

キッズたいそう教室

学校体育でおこなうマット、とび箱、
鉄棒運動などを中心にカラダづくり
と運動能力育成を目指します。

お子さまの水慣れ状況にあった教室を体験できます。
曜日や時間など、お気軽にご相談ください。おすすめの教室をご案内いたします！

体験会申込方法

体験料をご用意のうえ、**受講日前日までに施設受付にてお申込みください**
※キャンセル料：体験日以降のキャンセルは、受講料全額をお支払いいただきます、予めご了承ください
※お子さま対象教室の一部に体験がご利用いただけない日程がございます。お申込み時にご相談ください
※**体験は各教室1回まで**とさせていただきます

無料
体験

期間：4月5日(土)～2026年3月28日(土)

ベビー水泳教室 毎週土曜 11:10～12:10



ベビー水泳教室は、生後6ヵ月以上の赤ちゃんとその保護者を対象にした親と子のスキンシップをはかる水中運動教室です。

【申込方法】

受講日前日までに施設受付またはお電話にてお申込みください
※体験は1組につき1回までとさせていただきます

教室の詳しい時間は、右側のQRコードを読み込んでください
また、お電話でのお問い合わせもお待ちしております

教室時間割



講習会



限定
講習会

4月限定開催！プールで遊び尽くそう！

参加者募集中！

日 時：4月20日(日) 11:00～12:00
内 容：水中レクリエーション
(立ち飛込、水中ハンドボールなど)
対 象：小学3年生～小学6年生位まで
参加費：1,000円/非会員、500円/会員
持ち物：水着・スイミングキャップ・
ゴーグル・タオル
定 員：先着20名

プールサイドからの立ち飛込や、ボールを使った種目など、普段の一般開放時にはできない、レクリエーションをおこないます！
水が苦手な子も、泳ぐのが好きな子も、みんなで楽しく水中でカラダを動かしましょう♪

参加方法

当日は開始時間の20分前までにプール受付へお越しください
(当日参加も可能ですが、定員に達し次第締切となります。
終了後、参加者はそのまま12:00からのプール一般開放を無料でご利用いただけます。

※小学3年生のお子さまは、一般開放時に保護者同伴が必要となり
別途ビジター利用料金470円/大人が必要となります

申込方法

※施設受付にてお申し込みをお願いいたします。なお、お電話でのご予約も承ります。
※キャンセル料：講習日以降のキャンセルは、受講料全額をお支払いいただきます、
予めご了承ください