



日	月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---	---



★ご確認ください★
当館のプールご利用には
水泳キャップが必要です。



《予約》コース占有について

※団体利用によるコース占有がある時間帯は、
(予) で表記しています。

この時間帯は、「歩行専用コース」がない場合がございますので予めご了承ください。

1	2 14:00～アクアピクス(有料) 15:00 ウォータープレッシャータイム(有料) (予) 16:30～17:30 (予) 17:10～18:10 (予) 18:00～19:00 19:15【夏季限定】こども水泳教室A	3 (予) 17:10～18:10 (予) 18:30～20:30	4 15:00水中ウォーキング (有料) (予) 16:30～17:30 (予) 17:10～18:10 (予) 18:00～19:00 19:15【夏季限定】こども水泳教室B	5 回数券の日 (予) 18:30～20:00	6 (予) 18:30～19:30 (予) 19:30～20:30	7 (予)10:15～12:15 (予)17:00～18:30
8 (予) 10:15～11:45	9 15:00 ウォータープレッシャータイム(有料) (予) 16:30～17:30 (予) 17:10～18:10 (予) 18:00～19:00 19:15【夏季限定】こども水泳教室A	10 (予) 17:10～18:10 (予) 18:30～20:30	11 15:00水中ウォーキング (有料) (予) 16:30～17:30 (予) 17:10～18:10 (予) 18:00～19:00 19:15【夏季限定】こども水泳教室B	12 休館日	13 (予) 18:30～19:30 (予) 18:30～19:30 (予) 19:30～20:30	14 (予)17:00～18:30
15	16 14:00～アクアピクス(有料) 15:00 ウォータープレッシャータイム(有料) (予) 16:30～17:30 (予) 17:10～18:10 (予) 18:00～19:00 19:15【夏季限定】こども水泳教室A	17 (予) 17:10～18:10 (予) 18:30～20:30	18 15:00水中ウォーキング (有料) (予) 16:30～17:30 (予) 17:10～18:10 (予) 18:00～19:00 19:15【夏季限定】こども水泳教室B	19 回数券の日 (予) 17:10～18:10 (予) 18:30～20:00	20 (予) 18:30～20:30	21 (予)10:15～12:15
22 (予) 10:15～11:45	23 15:00 ウォータープレッシャータイム(有料) (予) 16:30～17:30 (予) 17:10～18:10 (予) 18:00～19:00	24 (予) 17:10～18:10 (予) 18:30～20:30	25 15:00水中ウォーキング (有料) (予) 16:30～17:30 (予) 17:10～18:10 (予) 18:00～19:00 (予) 19:00～20:30	26 休館日	27 (予) 18:30～20:30	28
29	30	月曜日・水曜日 夜に実施しておりました おとな向け泳法レッスン・おやこ水泳教室・こども向け水泳教室は 5月6月7月8月は休講となります 9月より再開予定です				



プールレッスンの紹介

レッスン料は各プログラム200円です（※プール利用料別途必要）

アクアビクス

6月 2日(月)・16日(月)

14:00~15:00

女性インストラクターによる、水中での有酸素運動レッスン♪軽快な音楽に合わせて、楽しく取り組めるプログラムです♪

ウォータープレッシャータイム

6月 2日・9日・16日・23日

(月曜日) 15:00~15:40

しっかり水圧を感じながらトレーニングを行います。「関節や筋肉を傷めることなく可動域を最大限に!!!」がテーマです。

水中ウォーキング

6月 4日・11日・18日・25日

(水曜日) 15:00~15:40

音楽に合わせてながら、水中で楽しくウォーキングを行います。陸上を歩くよりも腰や膝などの関節にかかる負担を軽減できます。そのため、体力が低下している人や高齢者、普段運動習慣のない人でも始めやすいのが魅力です★

おとな向け泳法レッスン

夏季限定 こども水泳教室開催の為

お休みとなります。

泳ぎが苦手な方から上達させたい方等、それぞれのご希望に合わせたレッスンいたします♪
※種目は、クロール・背泳ぎ等ご相談に応じてレッスン致します。小学生以上が対象

①おやこ水泳教室

※1日先着6組

夏季限定 こども水泳教室開催の為

お休みとなります。

お子さんと保護者の方が一緒に、水慣れから水に浮けるようになるための初心者お子様向けレッスンです♪水泳での基本動作を指導いたします。
※3歳〜小学生が対象です。
※保護者の方が必ずお申し込みください。お申し込み料は500円です。
※定員に達したら受付を中止させていただきます。ご了承ください。
(※当日キャンセルはご遠慮ください)

※9月より再開予定です

②こども向け水泳教室

※1日先着15名

夏季限定 こども水泳教室開催の為

お休みとなります。

泳ぎがもっと上手になりたい!!!
バタ足から、クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの泳法を泳げるようになる為のワンランクアップレッスンです♪
※小学1年生〜小学生が対象です。
※定員に達したら受付を中止させていただきます。
(※当日キャンセルはご遠慮ください)



合志市野々島2441-1
TEL096-348-2626

弁天の最新情報はSNSがおすすめです♪
カレンダーはHPからでもご確認くださいませ!



弁天
HP



弁天で習い事始めませんか？

◆弁天のプールで開催されている教室のご案内◆詳細は各教室へご相談ください♪

◆アートスイミング◆

楽しく、丁寧に泳ぐ事を目的に!!
2か月お試しコースもあります。
安心・納得して水泳を始めませんか?
【レッスン曜日・時間】
月・火・水曜日 17:00~18:20
対象 4才~小学生
1日無料体験も随時受付中です。
気軽にお問い合わせください
★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★
080-7987-7802 担当 田中

◆イーランドスポーツクラブ◆

3歳から幼児・学童を対象に
毎週月曜日・水曜日に水泳教室を開講しています。南区の本校と北区の皆様にもイーランドのスイミングを楽しんでいただけるようユーバレス弁天プールで生徒さんを募集しています。
★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★
連絡先) 096-358-3009
住所) 熊本市南区近見8-13-50

◆エクセレント水泳クラブ◆

上達が速い!健康・体力UP
考える力がついて学力UP!
小学生~高校生を対象に定期的にレッスンを行っております。
お気軽にご連絡ください。
★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★
<https://excellent-swimming-club.jp/>
 090-1873-2260
担当 江上