

日本製鉄アクアパーク (呉市営プール) Monthly INFORMATION

2024

1月

新年あけましておめでとうございます
本年も日本製鉄アクアパークをよろしくお願いいたします



前峠和江コーチ

世界マスターズ水泳選手権100m背泳ぎ
優勝おめでとうございます

当施設のキッズスイミング担当の前峠和江コーチが、2023年8月に九州で行われた世界マスターズ水泳選手権に出場し、競泳の部・背泳ぎ(50m、100m、200m)で輝かしい成績を収められました。その中でも100m(55-59才)ではマスターズ日本新記録を樹立して優勝!おめでとうございます!!

★☆☆ レース結果(55歳-59歳) ☆☆☆

50m背泳ぎ 7位	タイム:35秒41
100m背泳ぎ 1位	タイム:1分15秒09(マスターズ日本新記録)
200m背泳ぎ 2位	タイム:2分44秒68

大会名称:世界マスターズ水泳選手権2023九州大会
開催期間:2023年8月2日~8月11日
参加人数:約10000人(約100か国)

そんな前峠和江コーチが
担当するクラスはこちら!

キッズスイム

月曜A,B/水曜A,B,C,D
木曜A,B,C,D/金曜A,B

キッズスイム(キック練習)

土曜10:45~11:45

水中ウォーキング_18歳以上

土曜9:30~10:30



1月のイベント情報

1回ずつの申込なので、自分のスケジュールに合わせて、気軽に参加できます

状況に応じて内容の変更、開催中止となる場合があります

※詳細は別途施設にお問い合わせいただくか、Instagramでもご確認いただけます。

TR トレーニング室開催

★ ラテンエクササイズ ★

ルンバやチャチャチャ、サンバなどの要素を取り入れた一人で踊る社交ダンスエクササイズで、運動不足を解消しよう！

開催日 1/15,29※月曜日
時 間 13:30-14:30
参加料金 1,000円/回(当日支払い)
持参物 室内用シューズ
動きやすい服装

✦ ZUMBA®-ズンバ- ✦

ラテン音楽に合わせて楽しく踊って、ストレス解消!!リフレッシュしましょう！

開催日 1/14(日) 13:00-14:00
1/27(土) 18:00-19:00
参加料金 1,000円/回(当日支払い)
対 象 中学生以上
持参物 室内用シューズ
動きやすい服装



🌸 yoga -ヨガ- 🌸

呼吸を深めて、内なる美しさを開放してみませんか？

開催日 1/27(土) 19:15-20:15
参加料金 1,000円/回(当日支払い)
対 象 中学生以上
持参物 ヨガマット(無料貸出有)
動きやすい服装

TR トレーニング室開催

✦ Wの刺激~脳と足裏~ ✦

足裏へは「青竹」で、脳へは左右違う動きで、足裏と脳にW(ダブル)に刺激を与えます！

※対象:18歳以上

開催日 1/15,29※月曜日
時 間 19:00-20:00
参加料金 1,000円/回(当日支払い)
持参物 青竹(無料貸出有)
室内用シューズ



✦ キッズダンス ✦

満3歳以上から小学生まで！
楽しく踊って、基礎体力やリズム感を養ってみませんか？

開催日 1/21(日) 13:00-14:00
参加料金 1,000円/回(当日支払い)
対 象 満3歳~小学生まで
持参物 室内用シューズ
動きやすい服装

PL 屋内プール開催

●● 水中ウォーキング ●●

カラダの負担を軽減できるので足腰が痛い方でも気軽に参加できます

開催日時 1/6,13,20※土曜日
9:30-10:30
参加料金 900円/回(当日支払い)
対 象 中学生以上
持参物 水着・水泳帽子

PL 屋内プール開催

🌊 キッズスイム 🌊 スペシャルレッスン-バタ足編

クロールのバタ足練習に特化した1回参加型の特別レッスンです

開催日 1/6,13,20※土曜日
時 間 10:45-11:45
参加料金 1,000円/回(当日支払い)
対 象 顔付け・潜ることができる小中学生
持参物 水着、水泳帽子
ゴーグル、タオル等



🌊 レベルアップスイム 🌊

泳力レベルに合わせて、もっと上手に、もっと速く泳ぐためのレベルアップを目指します。

開催日時 1/13,20※土曜日
10:00-11:30
参加料金 1,100円/回(当日支払い)
対 象 小学生~高校生で50m以上泳げる方
持参物 水着、水泳帽子
ゴーグル、タオル等
(あれば) パドル、フィン



イベントの申込方法

自分が参加したいイベントの開催日の前日までに
施設窓口または電話 0823-32-2227 までお申し込みください

※イベントによってはすでに定員に達している場合があります

LINE公式アカウント友だち募集中



このアカウントでは、教室参加者へのご連絡や当施設で行われるイベントなど様々な情報を発信していきます。

日本製鉄アクアパーク (呉市営プール)

〒737-0818 広島県呉市二河町2-2
TEL: 0823-32-2227 / FAX: 0823-32-2228

ホームページ

Instagram



【アクセス】

- 電車/JR 呉駅より、徒歩約20分
- バス/JR 呉駅前バスのりば9番もしくは10番から、三条二河町長迫循環線「プール前」下車
もしくはJR 呉駅前バスのりば1番または2番から、焼山経由熊野苗代線で「上山手橋」下車
- 車/広島呉道路(クレーライン) 出口から2つ目の信号を左折、東片山町の信号を左折、約400m
【駐車場 収容台数 135台/駐輪場 収容台数 150台】

新型コロナウイルス感染拡大防止対策へのご協力をお願いします

指定管理者: シンコースポーツ中国株式会社

