

2025年 平和島公園水泳場  
春の教室一覧【4月～6月】

住所：東京都大田区平和島4-2-2 平和島競艇場より徒歩4分、京急バス「大森車庫」「レジャーランド平和島」下車  
開館時間：9:30～21:00 休館日：第1・3月曜日 教室予約受付：9:00～17:00 ☎：03-3764-8424

	月	火	水	木	金	土	日	
	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
9:30					成人ストレッチ 9:30～10:30 18歳以上 定員15名 ¥500 上野	大人の水泳入門 9:30～10:20 毎週 定員15名 ¥800 栄田	小学生 はじめての水泳① 9:30～10:20 事前申込13名 萩野 ¥1000	やさしいヨガ 9:20～10:20 定員15名 ¥500 山本
10:00					クロール・背泳ぎ ステップアップ”中級” 10:15～11:00 定員15名 ¥800 大塚			
10:30					元気体操 10:40～11:30 概ね50歳以上 定員15名 ¥500 上野	水泳パーソナル レッスン午前①② ①10:00～10:30 ②10:40～11:10 定員1名 ¥1000 金谷	小学生 Girls HIPHOP Class② (3年～6年) 11:00～11:50 事前申込12名 ¥1000 竹内	
11:00					アクアエクササイズ 11:20～12:05 定員40名 ¥500 大塚			
11:30								
12:00								
12:30			障がい者水泳 13:00～15:00ころ ご相談により 随時開催いたします ご連絡お待ちしております 1組 ¥1000 多田					パンチ&筋トレ deシェイプアップ 12:00～12:45 定員15名 ¥500 棟方
13:00								
13:30		楽しくはじめる エアロピクス 13:35～14:35 定員15名 ¥500 立野		ゆったり 水中ウォーキング 13:00～13:50 定員10名 第4は休講 ¥500 加藤	踏み台エクササイズ 13:10～14:10 定員12名 ¥500 立野	水泳パーソナル レッスン午後①～④ ①13:30～14:00 ②14:10～14:40 ③14:50～15:20 ④15:30～16:00 定員1名 ¥1000 多田・加藤	子供かけっこ教室 (年少～小3まで) 13:00～14:00 定員15名 ¥500 上野	
14:00								
14:30			区主催 第4水曜_らくらく水中ウォーク				芯から鍛える体幹教室 (18歳～シルバー) 14:10～15:10 定員15名 ¥500 上野	
15:00								
15:30	予約 小学生 クロール水泳 16:30～17:20 定員13名 ¥1000 第2・第4・第5 安里	予約 幼児体操①② ①14:50～15:40 ②15:50～16:40 事前申込各16名 海老澤 ¥1000	予約 幼児水泳① 15:00～15:50 事前申込10名 ¥1000 荒川	予約 小学生 平泳ぎ(基礎) 15:00～15:50 事前申込13名 ¥1000 中村	予約 幼児水泳① 15:00～15:50 事前申込10名 ¥1000 安里		プールのご案内は こちらのQRコードから	
16:00			予約 小学生体操①② ①16:50～17:40 ②17:50～18:40 事前申込各16名 海老澤 ¥1000	予約 幼児水泳② 16:00～16:50 事前申込12名 ¥1000 荒川	予約 小学生 バタフライ(基礎) 16:00～16:50 事前申込13名 ¥1000 中村			予約 小学生 HIPHOP Class① (1年～4年) 16:30～17:20 事前申込12名 ¥1000 竹内
16:30	予約 小学生 のびのび水泳 17:00～17:50 事前申込30名 ¥1000 安里・橋本・加藤	予約 小学生 オリジナル シェイプアップBOX 18:50～19:30 定員15名 ¥500 棟方	予約 小学生 上級コース 17:00～17:50 事前申込15名 ¥1000 中村	予約 小学生 4泳法マスター 17:10～18:00 事前申込20名 萩野 ¥1000	予約 小学生 HIPHOP Class② (3年～6年) 17:30～18:20 事前申込12名 ¥1000 竹内		このマークはご予約が必要な教室です。 マークのない教室は当日受付まで。	
17:00								
17:30								
18:00								
19:00								