



運動教室参加者募集中

開催日 4/1(水)~6/30(火)

大人向けフロア教室

簡単なエクササイズから、激しい動きのある教室まで、今の自分がやりたい、始めたい教室を見つけてみませんか？



※定員10名

【月】 14:00~15:00	骨盤調整ストレッチ	全6回
【火】 19:30~20:30	はじめてのZUMBA®	全10回
【木】 11:00~12:00	ZUMBA®	全10回
【木】 19:45~20:45	脂肪バリバリエアロ	全10回
【金】 19:45~20:45	シェープアップピクス	全10回

大人向けスイミング教室

顔がつけられない初心者向けの方から、4種目泳ぐ上級者までのスイミングレッスンと泳がずに水中ウォーキングやアクアピクスなど、プールで運動を行う教室があります。



【火】 10:20~11:30	大人スイミング	全10回
【水】 20:00~21:00	アクアピクス	全10回
【木】 14:00~15:00	スイミー4種目泳法教室	全10回
【金】 10:00~11:00	ゆったりすつきりウォーキング	全10回
【金】 11:10~12:10	初めてのスイミング若葉コース	全10回
【金】 20:00~21:00	大人スイミング	全10回
【土】 10:00~11:00	気軽に水中運動	全8回
【日】 15:15~16:15	SUP YOGA	全6回

大人向け教室 ヨガ・ピラティス教室

初心~上級までさまざまなヨガ・ピラティスの教室がありますので、自分に合った教室・時間をお選びいただけます。



【月】 10:00~11:00	リラックスヨガ	※定員10名	全6回
【月】 11:15~12:15	股関節ヨガ		全6回
【水】 19:30~20:30	ストレッチ&ヨガ	※定員15名	全10回
【木】 14:30~15:30	めぐり美ヨガ	※定員10名	全10回
【木】 18:15~19:15	姿勢改善ピラティス		全10回
【木】 19:30~20:30	ストレッチポール on 体幹ケアex	※定員10名	全10回
【金】 10:00~11:00	カラダほぐしヨガ		全10回
【土】 10:00~11:00	やさしいヨガ		全10回
【日】 14:00~15:00	筋膜リリースヨガ		全6回

子ども向けフロア教室

3才から参加できる教室や幼児、小中学生向けのダンス教室・体操教室があります。



【金】 16:30~17:20	New! にこここステップ 対象:小学生	※定員10名	全10回
【金】 18:00~19:00	児童体づくり教室「ステップ」 対象:小学生~中学生		全10回
【水】 16:00~16:50	キッズダンス 対象:3才~年長まで		全10回
【水】 17:00~18:00	児童/生徒HIPHOP 対象:小学生~中学生		全10回

子ども向けスイミング教室

小さいうちに水慣れができるベビー&未就園児スイミングも開催。水遊び用のオムツを着用してください。



【火】 15:30~16:20	ベビースイミング 対象:6カ月~3才	全8回
【火】 16:30~17:20	未就園児スイミング 対象:2才半~3才9カ月	全8回

参加料金

全10回:7,500円 (NSP会員は6,500円)

8回:6,500円

6回:5,000円

※参加料金はすべて税込価格です。

ご予約・お問合せは、お気軽にご連絡ください。

日置市 B&G 東市来海洋センター

【指定管理者】(株)日本水泳振興会 【後援】日置市教育委員会

〒899-2201 鹿児島県日置市東市来町湯田3465-1

tel.099-274-2401 (8:30~22:00) 第1・第3月曜日休み (祝日は営業)

夏季(7・8月)は休館せずに営業

年末年始(12/28~1/4休館)

施設の日程や、急な教室の変更などのお知らせを確認できますのでぜひご登録をお願いします。



HP

Instagram

LINE

2026
3月
OPEN

プール 新しくなりました!

B&G

日置市B&G東市来海洋センター

機械リニューアル。
もっとキレイ、もっと気持ちいい!
生まれ変わったプール、ついに
オープン!!
さらに快適で、安心して利用して
いただけます。

みなさまのご来場を
心よりお待ちしております

New!

~新しい子ども向けフロア教室のお知らせ~

にこにこステップ 【金】 16:30~17:20

講師：永倉

無料体験日程

3/6 金

16:30~17:20

「周りに合わせるが苦手」そんな個性なお子様のための教室です。感覚統合の視点で、お子様のペースに合わせた運動をサポート。集団が苦手でも大丈夫。のびのび動く「楽しさ」を自信と体幹に変えていきましょう!
まずは大好きなことを教えてくださいね。

※無料体験をして上記の運動教室に新規申込されると **500** POINT チケットをプレゼントします



随時
受付中

受講
方法

ワンレッスン制

運動教室を **1回1,500円(税込)** で簡単に受講できます。

※プールは別途入場料をいただきます。(パスポートや回数券でも可)

- ① 初回のみ窓口で簡単な申込用紙を記入
 - ② レッスン前に受付で支払いを済ませてから必ずレシートをもらう
 - ③ 各教室の講師にレシートを提出
- ※始まる5分前には受付を済ませてください。
※プールの運動教室は、4月からになります。

※教室によっては、ワンレッスン制を利用できない日程があります。

Instagramやラインを登録していただければ、教室の急なお休みや変更等を確認できます。この機会にぜひ登録をお願いします。

第1期募集期間

2026年 **3月1日(日)** ~ **3月31日(火)** ※運動教室の開始後でもお申込みできます。

申し込み用紙と受講料を添えてお申し込みください。なるべく釣銭のないようにお願いします。詳しいスケジュールは申し込み時に配布します。また募集締切時に規定人数に達しない場合は教室が休講となる場合がございます。必ず期日までにお申し込みください。申込書は窓口にあります。また施設ホームページからもダウンロードできます。