



2025年 高陽ドルフィンクラブカレンダー Be Tough. Be Kind.

ご入会・ご入学おめでとうございます！

（本科コース）★マークのついた休館日は

振替受講対象となります（在籍中6カ月間有効）

休館日

5月

	月	火	水	木	金	土
本科				1	2	3
707				★休館日	★休館日	★休館日
本科	5	6	7	8	9	10
707	休館日	休館日	1週目	2週目 ECC	2週目 HIPHOP ピラティス/ZUMBA	2週目 ECC
本科	12	13	14	15	16	17
707	2週目 チアダンス	2週目 アスリート	2週目	3週目 ECC	3週目 HIPHOP ピラティス/ZUMBA	3週目 ECC
本科	19	20	21	22	23	24
707	3週目 チアダンス	3週目 アスリート	3週目	4週目 ECC	4週目 HIPHOP ピラティス/ZUMBA	4週目 ECC
本科	26	27	28	29	30	31
707	4週目テスト チアダンス	4週目テスト アスリート	4週目テスト	5週目テスト ECC	5週目テスト HIPHOP ピラティス/ZUMBA	5週目テスト ECC
26（月）～31（土）						
【本科】3月度泳力認定対象進級テスト（14, 12, 8, 4, ブロンズ、シルバー級） ※上記級に合格した方は、泳力認定5～1級迄の申請が可能です（4月15日締切）						



金曜日（午前）

ピラティス（大人）

ZUMBA（大人）

5月より【ピラティス】
【ZUMBA】の教室が始まります。
心と体の健康にみんな
で楽しく体を動かしましょう！
随時体験も行っていますので
お気軽にお越しください。



6月開催!!

◆セミパーソナルレッスン

少人数制で個々に合わせた
集中レッスンを行います。

◆キミだけのパーソナル レッスン

コーチが、現在の状況を把握し、ご希望に
応じて進級テスト付
握しを組む。詳細や申し込みは
5月までは5月お知らせいたします。

休館日のお知らせ

4月29日（火）～5月6日（月）
までは設備のメンテナンス
等の為休館日となります。

6月

	月	火	水	木	金	土
本科	2	3	4	5	6	7
707	1週目 チアダンス	1週目 アスリート	1週目	1週目 ECC	1週目 HIPHOP	1週目 ECC
707					ピラティス/ZUMBA	
本科	9	10	11	12	13	14
707	2週目 チアダンス	2週目 アスリート	2週目	2週目 ECC	2週目 HIPHOP	2週目 ECC
707					ピラティス/ZUMBA	
本科	16	17	18	19	20	21
707	★休館日	3週目 アスリート	3週目	3週目 ECC	3週目 HIPHOP	3週目 ECC
707					ピラティス/ZUMBA	
本科	23	24	25	26	27	28
707	4週目 チアダンス	4週目 アスリート	4週目	4週目 ECC	4週目 HIPHOP	4週目 ECC
707					ピラティス/ZUMBA	
本科	30	今年も6月15日（日） 【ドルフィン☆フェス開催】				
707	5週目 チアダンス					

6/15（日）
予定

2nd Dolphin★Fest. 開催決定！

—ドルフィン★フェス—

～熱く★楽しくもりあがれ～

昨年から開催し大好評の「ドルフィン★フェス」を今年も開催します。

日程は6月15日（日）を予定しています。

今年はプール内の楽しいレクリエーションや（昨年大人気の水上ござ走り等）、

ロビーイベントは、キッチンカーやお楽しみくじ、ミニゲーム等を予定しています。楽しい
一日になりますよう準備して参ります。

お申し込み等は4月下旬頃れんらくアプリでお知らせします。

ぜひ、お友達同士、ご家族皆様さんでお越しください♪



※予定は変更となる場合もございます。 ※ベビーコース・レディース・泳活クラブの予定は別途お知らせします

2025年 高陽ドルフィンクラブカレンダー



いよいよ「SSL」が始まるよ！

休館日

Be Tough. Be Kind.

（本科コース）★マークのついた休館日は振替受講対象となります（在籍中6カ月間有効）

7月

月		火	水	木	金	土
本科 フロア		1	2	3	4	5
		1週目	1週目	1週目	1週目	1週目
		アスリート		ECC	HIPHOP	ECC
本科 フロア	7	8	9	10	11	12
	1週目	2週目	2週目	2週目	2週目	2週目
	チアダンス	アスリート		ECC	HIPHOP	ECC
本科 フロア	14	15	16	17	18	19
	3週目	★休館日	★休館日	★休館日	3週目	3週目
	チアダンス				HIPHOP	ECC
本科 フロア	21	22	23	24	25	26
	3週目	4週目	4週目	4週目	4週目テスト	4週目テスト
	チアダンス	アスリート		ECC	HIPHOP	
夏休み集中水泳教室1期						小学校総体
本科 フロア	28	29	30	31		
	4週目テスト	5週目テスト	5週目テスト	5週目テスト		
	チアダンス	アスリート		ECC		
夏休み集中水泳教室2期						
25(金)~31(木)						
【本科】7月度泳力認定対象進級テスト(14,12,8,4,ブロンズ、シルバー級)						
※上記級に合格した方は、泳力認定6~1級迄の申請が可能です(8月15日締切)						

れんらく



お知らせ

広島市小学校総体（水泳の部）
今年も7月26日(土)に「ひろしんビッグウェーブ」で開催されます。50mのプールで泳ぐ経験は自信につながります。夏の思い出にもぜひ参加してみてください。



夏休み 短期水泳教室

今年も夏休みの教室開催！

- ・夏休み集中水泳教室(1,2,3期)
- ・夏の本科体験水泳教室(7,8月)

その他、夏休みの特別教室やイベントの開催を計画中です。

セミパーソナルレッスン

8月2日(土)

君だけのパーソナルレッスン
8月4日(月)~8月9日(土)

見える、分かる

スマートスイミングレッスン

利用START!

縁日ウィーク開催

★夏の最後の思い出に★

お楽しみくじ等

8月18日(月)~8月30日(土)

お楽しみに♪

夏季休館期間のお知らせ

8月11日(月)~17日(日)は
休館となります。

本科コース生保護者の方は
左記振替対象日を
ご確認ください

8月

	月	火	水	木	金	土
本科 フロア					1 1週目 HIPHOP	2 1週目 ECC
	4 1週目 チアダンス	5 1週目 アスリート	6 1週目 ECC	7 1週目 HIPHOP	8 2週目 HIPHOP	9 2週目 ECC
本科 フロア	11 休館日	12 休館日	13 休館日	14 休館日	15 ★休館日	16 ★休館日
	18 3週目 チアダンス	19 3週目 アスリート	20 3週目 ECC	21 3週目 HIPHOP	22 4週目 HIPHOP	23 4週目 ECC
夏休み集中水泳教室3期						
写真撮影イベント						
本科 フロア	25 4週目 チアダンス	26 4週目 アスリート	27 4週目 ECC	28 4週目 HIPHOP	29 5週目 HIPHOP	30 5週目 ECC

COMING SOON!

SONY

スマートスイミングレッスン

SSL

導入の流れ、利用者の皆さんへのお願い事項は今後ご案内します



いよいよ8月から本格利用スタート！

※予定は変更となる場合もございます。 ※ベビーコース・レディース・泳活クラブの予定は別途お知らせします

「フロカメラマンによる撮影イベント復活」

水中撮影も実施します！

一頑張りのお子様の記録を残しませんかー

8月18日(月)~23日(土) 予定





タイムテーブル（2025年4月～7月）
ー大人コース・ベビーコース・泳活クラブー

Be Tough.
Be Kind.

月 曜日	プール	10:00～11:00		11:15～12:00		18:50～19:50	
		成人スイム (初級～上級)		アクアビクス		泳活クラブ	
		水中運動 (シニアいきいき)		成人スイム (パーソナルレッスン)			
		ベビースイミング		水中運動 (パーソナルレッスン)			フリースイミング
水 曜日	プール	成人スイム (初級～上級)		アクアビクス		泳活クラブ	
		水中運動 (シニアいきいき)		成人スイム (パーソナルレッスン)			
		ベビースイミング		水中運動 (パーソナルレッスン)			フリースイミング
				フリースイミング			
金 曜日	プール					泳活クラブ	
						フリースイミング	
	スタジオ	10:00～10:55		11:00～11:55			
		ピラティス		ZUMBA			
土 曜日	プール					12:30～13:20	
						ベビースイミング	
				11:45～13:15			
				フリースイミング			



フレイル予防運動
&
フレイルチェック
実施日

※大人コースの方は無料で受講できます

2階体操室10:00～1100

フレイル予防運動

4 月 14 日 (月)
5 月 14 日 (水)
6 月 9 日 (月)
7 月 14 日 (月)

送迎バスは通常通り運行します。

フレイルチェック

4 月 14 日 (月)
7 月 14 日 (月)
※次は10月に実施します

各レッスンの休講予定日（変更となる場合もございます）

成人スイム・水中運動・アクアビクス
パーソナルレッスン・タイムフリー

4 月 2 日 (水)
14 日 (月) ※
30 日 (水)
5 月 5 日 (水)
14 日 (月) ※
6 月 9 日 (月) ※
16 日 (月)
25 日 (水)
7 月 14 日 (月) ※
16 日 (水)
23 日 (水)
30 日 (水)

ベビーコース

4 月 2 日 (水)
14 日 (月)
30 日 (水)
5 月 3 日 (土)
5 日 (水)
14 日 (水)
6 月 9 日 (月)
16 日 (月)
25 日 (水)
7 月 14 日 (月)
16 日 (水)
23 日 (水)
30 日 (水)

ZUMBA・ピラティス

6 月 27 日 (金)
7 月 25 日 (金)

泳活クラブ

4 月 30 日 (水)
5 月 2 日 (金)
5 日 (月)
30 日 (水)
6 月 9 日 (月)
16 日 (月)
27 日 (金)
7 月 16 日 (水)
21 日 (月)
23 日 (水)

ZUMBA・ピラティス（年間43回）

成人スイム・水中運動（月最大6回※） ベビーコース・泳活クラブ（月最大10回※）

※成人スイム・水中運動はお休みですが、フレイルチェック&予防運動の日です。

※短期教室実施月等は最大回数に満たない場合もございます。ご了承ください。