

スポーツの秋 運動しようかな。と思う方へ

# 常願寺ハイツスポーツ公園で健康づくりを始めよう!

常願寺ハイツでは、(一社)日本フィットネス産業協会が定める新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドラインに沿った予防対策を行っています。



## 一般利用

利用券(1回2時間)でお気軽にご利用いただけます

利用料金 (1回/2時間)	大人(高校生以上)		小人(中学生以下)	
	プール1回利用券	390円	110円	
	トレーニングジム1回利用券	440円	220円 (中学生利用)	
	プール・トレーニングジム1回利用券	660円	280円 (中学生利用)	

\*表記料金は税込となります。

お得な回数券・団体利用割引もございます。詳しくはお問い合わせください。

## 会員システム

月間会員 月会費 **5,000円** (税込5,500円)

年間会員 年会費 **53,000円** (税込58,300円)

会員様は時間制限なし! 営業時間内でお好きなだけ全施設をご利用いただけます!

\*入会時のみ事務手数料500円(税込550円)を別途申し受けます。  
\*月間会員・年間会員ともに時間制限はございません。営業時間内に全施設をご利用いただけます。

### トレーニングジム

健康作り・シェイプアップ・筋力アップなど個々の目的に合わせて運動プランの作成とサポートを行わせていただけます。

### スタジオ



初めての方、体力に自信の無い方でも安心して参加できる楽しいプログラムを多数ご用意しております。

### プール



25mプールは深さ70~110cm、タイル貼りのとても泳ぎやすいプールです。子どもプールは一番深い場所でも55cm。ちびっこも安心して遊べます。

### お風呂



トレーニングの後はゆっくりと広々としたお風呂でおくつろぎください。

## プールのスクール

ジュニア・大人コースともに幅広いカリキュラムをご用意。楽しみながらレベルアップできるのが特徴です!

スクール会員料金 [共通] 月会費 **5,300円** (税込5,830円)

\*入会時のみ事務手数料500円(税込550円)を別途申し受けます。  
\*「ジュニアスイミングスクール」・「大人のプール健康教室」共通の料金です。  
\*各コース、定員に対して空きが少ない場合、予約が必要な場合があります。



## プール体験希望者募集中!

参加費 **1,000円** (税込1,100円)

- お申込み/まずはお電話でご予約ください。
- 定員/コースの空き状況によります。

\*プールスクールは利用料として大人390円、小人110円別途必要。  
\*大人のプール健康教室はスクール実施日に随時体験いただけます。  
\*ジュニアスイミングスクールは偶数月のスクール実施日となります。  
\*各コースとも、お1人様1回限りの体験とさせていただきます。  
\*体験当日、フロントにて申込用紙に必要事項をご記入の上、料金を添えてお申込みください。  
\*実施前日または定員になり次第締め切らせていただきます。\*体験日に着用する水着・キャップは自由です。



初めてでも超安心!

## ジュニアスイミングスクール

3歳~中学生

コース名	対象	曜日	時間
Kコース	3歳~年長	月・水・木・金曜日	15:20~16:20
		月・水・木・金曜日	16:20~17:30
Aコース	年少~中学生	土曜日	10:05~11:15
		月・水・木・金曜日	17:35~18:45
Bコース	年中~中学生	月・水・木・金曜日	17:35~18:45
	年少~中学生	土曜日	11:20~12:30
Cコース	年少~中学生	土曜日	12:35~13:45

## 大人のプール健康教室

18歳以上

コース名	対象	曜日	時間
水中ウォーキングコース	中高年向け	水曜日	11:15~12:30
レディース水泳教室	女性(18歳以上)	木曜日	11:15~12:30
腰痛・肩こり解消水中運動コース	中高年向け	金曜日	11:15~12:30
中高年からのらくらく水泳コース	中高年向け	金曜日	14:00~15:15
エンジョイ水泳コース	18歳以上	木曜日	19:15~20:30
		土曜日	16:15~17:30

## スイミングスクール 無料送迎バス

運行 月・水・木・金曜日[A・Bコース]

\*ルート付近の放課後児童クラブからのスクールバス乗車も可能です。ご希望の方は常願寺ハイツフロントまでお問い合わせください。

立山コース(主なバス停).....**水・木・金**運行

大清水コンビニ 利田小学校 ゆめごっこ 北部小学校 高野小学校 中央小学校 釜ヶ淵小学校 立山小学校 等

熊野~大山コース(主なバス停).....**水・木・金**運行

いちい学童 珠泉 熊野小学校 月岡西線 月岡地区センター 田島コンビニ 大庄小学校 上滝小学校 等

舟橋~上市コース(主なバス停).....**水・木・金**運行

舟橋小学校付近 相ノ木小学校 相ノ木新町バス停 上経田コンビニ 宮川小学校付近 上市駅前コンビニ 上市中央小学校 こどもの城 上市中学校 白萩西部小学校 陽南小学校 等



## テニススクール



一般は初級~上級までのクラス設定! ジュニアは低学年・高学年別のクラス設定で、初心者からレベルアップ志向の方まで専門指導!

スクール体験をご希望の方はお気軽にお問い合わせください!

## 一般レッスン

コース	曜日	時間
はじめてから初級	月曜日	10:00~11:20
中級から上級	金曜日	

月会費 **7,000円** (税込7,700円)

## ジュニアレッスン

対象	曜日	時間
低学年	土曜日	8:00~9:00
高学年~概ね中1		9:00~10:00

月会費 **6,000円** (税込6,600円)

\*入会時のみ事務手数料500円(税込550円)を別途申し受けます。

一般レッスン会員特典/レッスン受講当日は施設内のお風呂・ジムを自由にご利用いただけます!

テニスコート、さわやかスポーツ広場、自由広場

4月~3月の一般利用(9:00~18:00)受付中!  
\*各種大会開催応相談

水泳指導員募集中!

詳しくはお電話でお問い合わせください。

お問い合わせ

複合健康スポーツ施設 富山地区広域園事務組合  
**常願寺ハイツスポーツ公園**

[営業時間] 月~土曜/10:00~21:00、日曜・祝日/10:00~18:00 [休館日] 毎週火曜日

TEL. **076-462-1164**

〒930-0265 中新川郡立山町泊新83-6  
FAX:076-462-9031 info@joganji-sports.com  
https://www.joganji-sports.com 常願寺ハイツ

## 子供向け特別教室

### 秋の短期水泳教室2022

お申し込みは  
お早めに!

#### ★初心者向け体験教室3日間

- ①「たのしい」遊びからレッスンをスタート!
- ②初心者でも安心の泳力別練習!集中レッスンでぐんぐん上達!!
- ③のびのびフリータイム!
- ④教室でやったことを振り返り、次につなげます!

**実施期間** 2022年9月17日(土)～  
9月19日(月) 3日間  
8:50～10:00(体操含む)

**対象・定員** 3歳～小学生 50名

**参加費** 各4,200円(税込4,620円)  
※各プール利用料金込み



### 親子ふれあいプール教室

親子での体操やプールプログラムで  
楽しい時間を過ごしましょう♪

**実施期間** 10:30～12:30/木曜日 下記日程

2022年 10月 6日  
11月10日、24日  
12月15日

**対象** 6ヶ月～3歳のお子様と保護者

**定員** 各日20組

**参加費** 各日1組1,000円(税込1,100円)  
※利用料が別途大人390円、小人110円必要



親子の  
スキンシップ!



## 大人向け特別教室

### 中高年からのらくらく短期水泳教室

まずは、浮いてみよう♪

実施期間	対象
①月曜日 計9回 2022年 10月 3日、17日、24日、31日 11月14日、21日、28日 12月19日、26日	中高年水泳初心者 時間 14:00～15:15 定員 各20名程度 参加費 各12,000円 (税込13,200円) ※毎回プール利用料 390円別途必要
②水曜日 計9回 2022年 10月 5日、12日、19日、26日 11月 9日、16日、30日 12月14日、21日	
③木曜日 計9回 2022年 10月 6日、13日、20日、27日 11月10日、17日、24日 12月15日、22日	



初心者でも  
安心です!

### 水中ウォーキング短期教室

水中を歩く健康づくりのきっかけ

実施期間	対象	定員
2022年 10月教室(3日、17日、24日) 11月教室(10月31日、11月14日、21日) 12月教室(11月28日、12月19日、26日)	中高年	各月20名程度
<b>時間</b> 11:15～12:30		
<b>参加費</b>	全回参加 12,000円(税込13,200円) 各月参加 4,000円(税込4,400円)	
	※毎回プール利用料390円別途必要	
<b>現水中ウォーキング会員の方</b>	全回参加9,000円(税込9,900円) 各月参加3,000円(税込3,300円)	
	※プール利用料金含む	

泳げなくても  
大丈夫!



### 貯筋運動教室

ストレッチ、筋力アップ体操や運動、脳トレ等、転倒予防・介護予防のために運動習慣を♪

実施期間	対象
2022年 10月 6日、13日、20日、27日 11月10日、17日、24日 12月 1日、 8日	高齢者(一人で運動できる方)
<b>時間</b> 9:45～11:00	
<b>定員</b> 10名程度	
<b>参加費</b> 各12,000円(税込13,200円) ※毎回施設利用料440円別途必要	



わきあいあい  
楽しく運動!

### 秋の特別教室2022は 9月1日(木)13:30～電話で予約受付開始!

- まずは、お電話でお申し込み下さい。教室開始日までに、料金を添えて直接フロントでお申し込み下さい。
- 秋の短期水泳教室は9月10日(土)または定員になり次第締め切らせていただきます。(秋の短期水泳教室の料金は、9月10日(土)までにフロントでお支払い下さい)
- キャンセルにつきましては、教室実施前日までにご連絡いただければ全額返金いたします。



複合健康スポーツ施設 富山地区広域圏事務組合

## 常願寺ハイツスポーツ公園

【営業時間】月～土曜/10:00～21:00、日曜・祝日/10:00～18:00 [休館日]毎週火曜日  
※新型コロナウイルス感染拡大など、状況によっては上記の教室を中止する場合があります。

## TEL.076-462-1164

〒930-0265 中新川郡立山町泊新83-6  
FAX:076-462-9031 info@joganji-sports.com  
https://www.joganji-sports.com 常願寺ハイツ

お問い合わせ