

## 2020年4月6日から始まる「第1期水泳教室」です

受付開始は2月20日（木）になります

【※水泳教室の項目で重複での応募は出来ません。】

《幼児のお子さま、小・中学生向け》

教室名	内容・対象	曜日	時間	定員	期間・回数	費用
親子	親子と一緒に楽しく遊びながら、水慣れが出来る教室です。 *2歳6か月以上の幼児と保護者（2人1組）	水	10:10 ~ 11:00	20組	4月8日 ~ 6月10日 7回	3,500円
幼児	初めてのお子様でも気軽に参加いただけます。 苦手な子～上達したい子まで、レベル別に指導致します。 *2020年度から年少～年長なるお子様	水	15:30 ~ 16:20	各40	4月8日 ~ 6月10日 7回	5,600円
		木			4月9日 ~ 6月11日 9回	7,200円
		金			4月10日 ~ 6月12日 9回	7,200円
※幼児教室は2018年度より、安全面・指導面の観点から対象年齢を年少以上へ引き上げさせて頂きました。						
小・中学生	水泳が苦手な子でも気軽に参加いただけます。 苦手な子～上達したい子まで、レベル別に指導致します。 *2020年度から小学1年生～中学3年生になるお子様	水	16:20 ~ 17:30	各75	4月8日 ~ 6月10日 7回	2,800円
		木			4月9日 ~ 6月11日 9回	3,600円
		金			4月10日 ~ 6月12日 9回	3,600円

《一般の方（高校生以上）向け》

教室名	内容・対象	曜日	時間	定員	期間・回数	費用
ウォーキング	水中を歩く教室です（もぐったりはしません）。 足腰に負担が少ないため、運動不足の方にオススメです。	月	13:00 ~ 14:10	各20	4月6日 ~ 6月8日 9回	4,500円
		火	9:20 ~ 10:30		4月7日 ~ 6月9日 9回	4,500円
アクアピクス	水中で音楽に合わせ、体を動かす教室です。	月	20:00 ~ 20:50	各50	4月6日 ~ 6月8日 8回	4,000円
		水	13:00 ~ 13:50		4月8日 ~ 6月10日 7回	3,500円
		木	10:00 ~ 10:50		4月9日 ~ 6月11日 9回	4,500円
初級	クロールと背泳ぎで25M泳げない方向けの教室です。 *25M泳げる方はその他へのステップアップをオススメします。	月	13:00 ~ 14:10	各15	4月6日 ~ 6月8日 9回	4,500円
		火	9:20 ~ 10:30		4月7日 ~ 6月9日 9回	4,500円
		水	11:20 ~ 12:30		4月8日 ~ 6月10日 7回	3,500円
		金	13:00 ~ 14:10		4月10日 ~ 6月12日 9回	4,500円
4種目基礎	クロール・平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライの基本を学びたい方向けの教室です。 *クロールと背泳ぎで25M泳げる方が対象となります。	火	9:20 ~ 10:30	30	4月6日 ~ 6月8日 9回	4,500円
		水	11:20 ~ 12:30	20	4月8日 ~ 6月10日 7回	3,500円
			20:00 ~ 21:10	20		
4種目ステップアップ	4種目基礎のステップアップコースとなります。 *クロール・平泳ぎ・背泳ぎで25M、バタフライで15M以上泳げる方対象となります。		20:00 ~ 21:10			
クロール・背泳ぎ	クロールと背泳ぎで25M泳げない方向けの教室です。 *25M泳げる方はその他へのステップアップをオススメします。		13:00 ~ 14:10 20:00 ~ 21:10			
平泳ぎ基礎	平泳ぎの基本から学びたい方向けの教室です。 *クロールで25M泳げる方が対象となります。	木	13:00 ~ 14:10	各15	4月9日 ~ 6月11日 9回	4,500円
バタフライ基礎	バタフライの基本から学びたい方向けの教室です。 *クロールで25M泳げる方が対象となります。					
平泳ぎ・バタフライ基礎	平泳ぎ・バタフライの基本を両方学びたい方向けの教室です。 *クロールで25M泳げる方が対象となります。					
平泳ぎ	平泳ぎの基本～応用まで学びたい方向けの教室です。 *クロールで25M泳げる方が対象となります。	金	13:00 ~ 14:10		4月6日 ~ 6月8日 9回	4,500円
バタフライ	バタフライの基本～応用まで学びたい方向けの教室です。 *クロールで25M泳げる方が対象となります。					

注意事項・お知らせ

・アクアシェイプ（木）、熟年水中運動（水・木）は、  
3月1日号の広報掲載から募集開始となります。

・締切日（2月29日）を過ぎたおハガキは無効となります。

★教室のお休みはこちらです

4月29日（水）：祝日

5月4日（月）～6日（水）：祝日

6月3日（水）、6月4日（木）：全館休館日

6月5日（金）：プール休館日

5月25日（月）：アクアピクスのみ休講