



令和2年度 第1期 成人水泳教室

クラス名・時間	曜日	内容	対象	定員
初心クラス 10:30~11:30	水曜 (全9回)	初めて水泳を行う方を対象として、水慣れから初歩的なクロールまでをマスターする教室です。	高校生以上 (泳げない方、クロールの基本を習いたい方)	15名
初級クラス 10:30~11:30		クロール・背泳ぎで25M完泳を目指す教室です。	高校生以上 (息継ぎをして13M以上泳げる方)	15名
中級クラス (平泳ぎ) 10:30~11:30	木曜 (全9回)	クロールと背泳ぎのステップアップに加え、平泳ぎで25M完泳を目指す教室です。	高校生以上 (クロールと背泳ぎで25M以上泳げる方)	12名
中級クラス (バタフライ) 10:30~11:30		クロールと背泳ぎと平泳ぎのステップアップに加え、バタフライで25M完泳を目指す教室です。	高校生以上 (クロールと背泳ぎと平泳ぎで25M以上泳げる方)	12名
上級クラス 10:30~11:30		4種目(クロール・背泳ぎ・バタフライ・平泳ぎ)のステップアップと泳力の向上を目指す教室です。	高校生以上 (4種目で25M以上泳げる方)	15名

☆参加費(入場料込み):

水曜日・木曜日クラス共通: 大人 10,350円 シニア 9,450円 ※年間券をお持ちの方は 8,550円

☆日程: 水曜【4/1、4/8、4/15、4/22、5/13、5/20、5/27、6/3、6/10】
(4/29・5/6を除く 全9回)

木曜【4/2、4/9、4/16、4/23、4/30、5/14、5/21、5/28、6/4】
(5/7を除く 全9回)

各教室の初日に、泳力の確認をさせていただきます。その結果に応じて、クラス変更をお願いする場合がございます。あらかじめご了承ください。

☆教室参加における諸注意:

- ◇介助者を必要とせず、1人でプールを利用できる方を対象とさせていただきます。
- ◇健康に不安のある方は、予め医師の許可を得てからご応募下さい。
- ◇教室開催コース(50Mプール)では、水泳帽が必ず必要です。予めご用意下さい。
- ◇募集定員に満たないクラスは、都合により中止することや募集状況により定員を変更することがあります。
- ◇ご本人の都合で欠席しても、振り替え受講及び返金はできません、又教室開始後のキャンセルは御返金できません、予めご了承ください。

☆教室申込方法☆

※電話でのお申し込みはできません

往復ハガキに裏面の必要事項を記入の上、お申込み下さい。令和2年3月4日(水)当日消印有効

◇教室参加にあたりご記入いただいた個人情報(住所等)は教室運営のみに使用し、その他の目的には使用しません。また、教室終了後は破棄します。

会場・申込先・問合せ先: 多摩市立温水プール アクトール多摩 多摩市南野 3-15-2 TEL:042-338-7667