



令和6年度 第1期 (4月開始)

成人水泳教室

クラス名・時間	曜日	内容	対象	定員
初めてクラス 10:30~11:30	水曜 (全11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
クロールクラス 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
平泳ぎクラス 10:30~11:30	月曜 (全10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
バタフライクラス 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
4泳法ステップアップクラス 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) :

月曜日クラス : 大人 13,000 円 シニア 12,000 円 ※年間券をお持ちの方は 11,000 円

水曜日クラス : 大人 14,300 円 シニア 13,200 円 ※年間券をお持ちの方は 12,100 円

☆日程 : 月曜クラス 10 回、水曜クラス 11 回

月曜【4/8、4/15、4/22、5/13、5/20、5/27、6/3、6/10、6/17、6/24】4/29・5/6は休み

水曜【4/10、4/17、4/24、5/8、5/15、5/22、5/29、6/5、6/12、6/19、6/26】5/1は休み

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6年3月7日(木)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 アクト多摩 多摩市南野 3-15-2 Tel:042-338-7667