

区分	教室名	対象・定員	曜日	内容
成人	クロール 初心者	15才以上 15名 (中学生を除く)	火	息を吐く・潜る・浮く練習から段階を踏んでバタ足(ビート板有り)とクロール(息継ぎなし)12.5mの習得を目指します。 対象:水が少し怖い方、これから泳ぎに挑戦したい方
	クロール 初級		水	クロール(息継ぎなし)から息継ぎ方法を練習して、25mクロール(息継ぎあり)完泳を目指します。 対象:クロール(息継ぎなし)が12.5m程度泳げる方
	クロール ステップアップ		月	クロールのさらなるステップアップを目指している方の教室です。より楽に、きれいに、長く、スムーズに泳げることを目標にします。 対象:クロール(息継ぎあり)が25m程度泳げる方
	背泳ぎ		木	クロールの次の目標として、背泳ぎに挑戦したい方の教室です。 対象:クロール(息継ぎあり)が25m程度泳げる方
	平泳ぎ		月	クロールの次の目標として、平泳ぎに挑戦したい方の教室です。 対象:クロール(息継ぎあり)が25m程度泳げる方
	バタフライ		金	クロールの次の目標として、バタフライに挑戦したい方の教室です。 対象:クロール(息継ぎあり)が25m程度泳げる方
	水中ウォーキング (ヘルシープール)		水・木	水の特性を活かし個人に合わせた強度で、水中歩行運動や水中ストレッチを行う教室です。体力に自信のない方も楽しんで参加できます。
	アクアリズム (ヘルシープール)		火・金	音楽に合わせて体全体をゆっくり動かします。アクアビクスよりもゆったりとした軽運動となります。
小学生	水慣れ (子供ゾーン)	小学校 1~6年生 15名	月・火 木	水慣れからはじめ、けのびの姿勢ができることを目指します。 対象:まったく泳げない小学生
	クロール初級 (子供ゾーン)		火・水 木・金	バタ足からはじめ、段階を踏んで10mクロール(息継ぎなし)完泳を目指します。 対象:水慣れ修了者及びバタ足程度や手がうまく回せないなどの小学生
	クロール中級 (子供ゾーン)		月・水 木・金	クロール(息継ぎなし)から息継ぎ方法を練習して、12.5mクロール(息継ぎあり)完泳を目指します。 対象:初級修了者及びクロール息継ぎなしが10m泳げる小学生
小中学生	クロール25m・背泳ぎ (25mプール)	小・中学生 15名	月・火	25mクロール(息継ぎあり)完泳と背泳ぎ習得を目指します。 対象:中級修了者及びクロール息継ぎありが12.5m泳げる小中学生
	平泳ぎ (25mプール)		水	平泳ぎ習得を目指します。 対象:クロールが25m泳げる小中学生
	バタフライ (25mプール)		金	バタフライ習得を目指します。 対象:クロールが25m泳げる小中学生

○申込みについて

<7月>期の水泳教室は、1ヶ月継続受講をご希望の場合、事前申込みが必要となります。

お申込みにより期間中の「席を確保」することができます。

お支払いは1回ごとの当日払いとなります(どちらも別途プール施設使用料が必要となります)。

受講料・申込みについて(電話での申込み※不可)

- * 申込み … 6月12日(水)~6月25日(火)10時~20時、先着ではありません。期間中はいつでもお申込みできます。
- * 定員 … 各教室15名 (定員に達したクラスは抽選となります)。抽選日6月27日(木)17時~サピオスタジオ
- * 申込みについて … 申込みはご本人に限り受付致します(ご家族は可)。ご友人等の代理受付は出来ません。

席の確保をされた方は、全日程の8割以上の出席をお願い致します。

同一クラスの複数申込みは不可(但し6月28日(金)10時から空席があるクラスは複数申込み可)。

- * 支払い方法 … 教室当日開始前までに、1階事務室窓口②番にてお支払いと参加手続きを済ませてください。
- * 受講料 … 700円 (別途プール施設使用料が必要となります)。
- * 教室当日、空席がある場合は、当日参加ができます。
- * 教室の空き状況は、電話でお問い合わせができますが、予約は受けられません。
- * 二次募集は、抽選翌日6月28日(金)10時から事務所窓口②番で、受け付けます。