

令和5年度 冬季水泳教室募集要項

申込日時/方法

- ① 令和5年12月3日(日)より、午前10時～午後8時の間で海洋センター窓口へ、参加費を持参の上、お申し込み下さい。(申込書を持ち帰ることは出来ません)
- ② 12月9日(土)までは一人一教室(本人、家族のみ)の申し込みとなります。
12月10日(日)から複数の教室申し込みが可能です。
- ③ 成人プログラムの教室は**先着順**、親子・幼児アクアリズムの教室は**抽選**となります。
(申込み締切り12月12日(火))
- ④ 発表は12月13日(水)に施設館内及びホームページにてお知らせ致します。
発表後、12月28日(木)までにご入金下さい。それ以降はキャンセル扱いとさせていただきます。

注意事項

- ① 施設使用料(大人町内320円、町外480円)(高校生以下町内100円、町外150円)が必要です。
- ② 各教室の申込締切日は、令和5年12月28日(木)までとなります。

定 員

親子・幼児アクアリズムは各 20 名、成人対象の教室は各 14 名。
※申込み者が4名以下の場合、教室の開催を中止する場合があります。

参加費

2,140円(10回コース)
※キャンセル返金は、令和5年12月28日(木)までになります。

○子どもプログラム

教室名	内 容	期 間	時 間	対 象
親子クラス	水慣れ・水遊び中心です	1/11～3/21 木曜日(全10回) ※3/14 休み	10:30～11:15	1歳から年少まで (保護者1:子1)
幼児アクアリズム (年少・年中)	水の中で行うリズム運動 (水慣れ)を通じて、 楽しく自然に水と触れ あうことを学びます	1/10～3/27 水曜日(全10回) ※3/13、20 休み	15:45～16:30	平成31年4月2日～ 令和3年4月1日 生まれの幼児
幼児アクアリズム (年長)		1/12～3/29 金曜日(全10回) ※2/23、3/15 休み		平成30年4月2日～ 平成31年4月1日 生まれの幼児

○アクアビクス

アクアビクス	音楽に合わせて体を動かすことで楽しく、 有効な有酸素運動を 確保します	火曜日	19:00～19:45	参加費:320円/回(施設利用料別途必要) 受付にて申込用紙に記名し、参加費をお支払下さい。
		金曜日	10:30～11:15	

※新型コロナウイルス感染症により、中止になる場合もございます。予めご了承下さい。

※成人プログラムは裏面

○成人プログラム(16歳以上)

☆ステップアップ表☆

やさしい 初心→初級→クロール・背泳ぎ→クロール・背泳ぎ集中→クロール・背泳ぎスペ→平バタ→4泳法→上級 難しい

教室名	内容	期間	時間	対象
初心者水泳クラス	水泳を始めたい方、 水慣れを中心に行います	1/9～3/19 火曜日(全10回) ※3/12 休み	10:15～11:15	初めてプールに入る方、 水がまだ怖い方
初級者水泳クラス	クロール、背泳ぎで 25M泳ぐことが目標です		11:15～12:15	クロール・背泳ぎを 始めたい方
クロール・背泳ぎ クラス	クロール、背泳ぎで25M 以上泳ぐことが目標です		12:15～13:15	綺麗なフォームで 長い距離を泳ぎたい方
4泳法習得クラス	クロール、背泳ぎのレベル アップと平泳ぎバタフライの 練習です		13:30～14:30	クロール・背泳ぎの上達、 平泳ぎ・バタフライ25M 完泳を目指す方
初級者水泳クラス	クロール、背泳ぎで 25M泳ぐことが目標です	1/10～3/27 水曜日(全10回) ※3/13、20 休み	10:15～11:15	クロール・背泳ぎを 始めたい方
クロール・背泳ぎ スペシャルクラス	クロール、背泳ぎで25M 以上と平泳ぎ、バタフライの 初歩の練習です		11:15～12:15	平泳ぎ・バタフライの 初歩を取得したい方
4泳法習得クラス	クロール、背泳ぎの レベルアップと平泳ぎ バタフライの練習です		12:30～13:30	クロール・背泳ぎの上達、 平泳ぎ・バタフライ25M 完泳を目指す方
クロール・背泳ぎ 集中クラス	クロール、背泳ぎの レベルアップが目標です		13:30～14:30	クロール・背泳ぎの レベルアップしたい方
上級者水泳クラス	クロール、背泳ぎ、 平泳ぎ、バタフライの レベルアップが目標です		14:30～15:30	4種目をよりきれいに より長く泳ぎたい方
クロール・背泳ぎ クラス	クロール、背泳ぎで25M 以上泳ぐことが目標です	1/11～3/21 木曜日(全10回) ※3/14 休み	11:30～12:30	綺麗なフォームで 長い距離を泳ぎたい方
平泳ぎ・バタフライ クラス	平泳ぎ、バタフライの 練習です <small>(クロール・背泳ぎ 25m程度泳力がある方)</small>		12:30～13:30	平泳ぎ・バタフライの 練習したい方
クロール・背泳ぎ クラス	クロール、背泳ぎで25M 以上泳ぐことが目標です	1/12～3/29 金曜日(全10回) ※2/23 3/15 休み	11:30～12:30	綺麗なフォームで 長い距離を泳ぎたい方
平泳ぎ・バタフライ クラス	平泳ぎ、バタフライの 練習です <small>(クロール・背泳ぎ 25m程度泳力がある方)</small>		12:30～13:30	平泳ぎ・バタフライの 練習したい方
上級者水泳クラス	クロール、背泳ぎ、 平泳ぎ、バタフライの レベルアップが目標です		13:30～14:30	4種目をよりきれいに より長く泳ぎたい方

営業時間 10月～3月(午前10時00分～午後8時30分) 休館日 毎週月曜日 TEL 64-5311
4月～9月(午前10時00分～午後9時00分)