

令和7年度 ☆第1期 水泳教室日程表☆

曜日	教室名	時間	回数	受講料	4月	5月	6月
火	初心者	10:15~11:15	11回	2,750円	1.8.15.22 <u>*29日は休み</u>	13.20.27 <u>*6日は休み</u>	3.10.17.24
	初級者	11:15~12:15					
	クロール・背泳ぎ	12:15~13:15					
	4泳法	13:30~14:30					
	アクアビクス	19:00~19:45		3,850円			
水	初級者	10:15~11:15	11回	2,750円	2.9.16.23 <u>*30日は休み</u>	7.14.21.28	4.11.18 <u>*25日は休み</u>
	クロール・背泳ぎスペシャル	11:15~12:15					
	4泳法	12:30~13:30					
	上級者	13:30~14:30					
	幼児アクアリズム(年少・年中)	15:45~16:30					
木	クロール・背泳ぎ	11:30~12:30	11回	2,750円	3.10.17.24	8.15.22.29 <u>*1日は休み</u>	5.12.19 <u>*26日は休み</u>
	平泳ぎ・バタフライ	12:30~13:30					
金	アクアビクス	10:30~11:15	11回	3,850円	4.11.18.25	9.16.23.30 <u>*2日は休み</u>	6.13.20 <u>*27日は休み</u>
	クロール・背泳ぎ	11:30~12:30		2,750円			
	平泳ぎ・バタフライ	12:30~13:30					
	上級者	13:30~14:30					
	幼児アクアリズム(年長)	15:45~16:30					

教室名	内容	参加対象
初心者	水泳を始めたい方、水慣れを中心に行います。	一般成人(初心者～上級者) ※ご自身のレベルにあった クラスを選択しましょう。
初級者	クロール・背泳ぎで 25m 泳げるようにしていきます。	
クロール・背泳ぎ	クロール・背泳ぎで 25m 以上泳げるようにしていきます。	
クロール・背泳ぎスペシャル	クロール・背泳ぎで 25m 以上と、平泳ぎ・バタフライの初歩を練習していきます。	
平泳ぎ・バタフライ	平泳ぎ・バタフライの習得をしていきます。	
4 泳法	クロール・背泳ぎのレベルアップと平泳ぎ・バタフライの練習をしていきます。	
上級者	クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライのレベルアップを目指します。	
幼児アクアリズム	水慣れを通じて、楽しく自然に水と触れ合うことを学びます。	水曜日:年少・年中 金曜日:年長
アクアビクス	音楽に合わせて体を動かしながら有酸素運動を行います。	一般成人 ※都度払い(400円/入場料別途)

#### ☆申込方法☆

- ・玉村町在住の方は 2 月 16 日(日)より、すべての地域の方は 2 月 20 日(木)より受付ができます。
- ・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、お申込み下さい。
- ・すべての教室は先着順です。【(定員)成人対象教室は 14 名、幼児アクアリズム教室は 20 名、アクアビクス教室は 30 名】

#### ※支払方法

現金・楽天 pay・au pay・クレジットカード・楽天 Edy

※Pay Pay は不可

#### ☆注意事項☆

- ・施設使用料(大人町内320円、大人町外 480 円)が必要です。
- ・申込者が 4 名以下の場合、教室の開催を中止する場合があります。
- ・各教室の申込締め切り・キャンセル返金は、3 月 23 日(日)までとなります。  
(※キャンセル返金は、現金支払いのみの対応とさせていただきます。)

ご不明な点等ございましたら、施設までお問い合わせ下さい。

玉村町 B&G 海洋センター 指定管理者 株式会社NSP群馬

TEL 0270-64-5311