

お申込はハガキにて！
3月13日（水）必着

2024年4月～7月 水泳定期教室 募集案内

**お申込における注意事項となります。よくご確認の上、
同意いただける場合のみ、お申込ください。**

■ご自身（お子様）の泳力に合ったクラスを選択ください。

※こども水泳教室の対象級が一部変更になっていますのでご注意ください。

■申込締切日以降のクラス変更は出来ません。

■定員に満たなかったクラスのみ、2次募集を行います。

※申込方法は別途、HPにてご案内します。

■応募多数の場合は抽選とさせていただきます。

■当選状況はハガキの返送を以ってお知らせします。

■入金期日をお守りください。

※連絡なしで未入金の場合はキャンセルとみなします。

■お客様都合でのキャンセルは受けておりません。

※曜日変更、クラス変更はできません。

■欠席分の振替制度はございません。

こども水泳教室
進級システム



ハガキ申込方法と
個人情報の取扱い
について



こども水泳教室

※継続の方は応募はがき⑦その他の欄に取得級を必ずご記入ください。
 ※太字(下線)は進級テストの日です。
 ※申込み人数が定員を超えた場合は抽選になります。あらかじめご了承ください。

●キンダークラス(幼児)

◇ひよこ(初めて)～16級 ◇4歳～新1年生(開催期間中に4歳になる方も対象です)

水慣れからキックの基礎練習を行います。基礎体力の向上や、お友だち作りなどにも最適です。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P401	月	15:35	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	各40名
P402	火		13	¥15,080	2・9・16・23	21・28	4・11・25	2・9・16・23	
P403	水	16:20	14	¥16,240	3・10・17・24	22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	
P404	木		14	¥16,240	4・11・18・25	23・30	6・13・20・27	4・11・18・25	
P405	金		14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	

●児童Ⅰクラス(小学生)

◇17級(初めて)～14級 ◇小学生で初めてのお子様は17級スタートになります。

浮具を使って水中移動・キック・息継ぎなしクロールの練習を行います。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P406	月	16:30	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	各50名
P407	火		13	¥15,080	2・9・16・23	21・28	4・11・25	2・9・16・23	
P408	水	17:20	14	¥16,240	3・10・17・24	22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	
P409	木		14	¥16,240	4・11・18・25	23・30	6・13・20・27	4・11・18・25	
P410	金		14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	

●児童Ⅱクラス(小学生)

◇13級～8級 ◇中学生で初めての方はこちらからご参加いただけます。

クロール・背泳ぎ25メートル完泳をめざします。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P411	月	17:30	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	各50名
P412	火		13	¥15,080	2・9・16・23	21・28	4・11・25	2・9・16・23	
P413	水	18:20	14	¥16,240	3・10・17・24	22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	
P414	木		14	¥16,240	4・11・18・25	23・30	6・13・20・27	4・11・18・25	
P415	金		14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	

●上級クラス

◇7級～ベストスイマー ◇クロール・背泳ぎができ、4泳法習得を目標としたクラス

4泳法25メートル完泳とフォーム練習を行います。タイム測定もありチャレンジする勇気が身につきます。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P416	月	18:30	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	各40名
P417	火		13	¥15,080	2・9・16・23	21・28	4・11・25	2・9・16・23	
P418	水	19:20	14	¥16,240	3・10・17・24	22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	
P419	木		14	¥16,240	4・11・18・25	23・30	6・13・20・27	4・11・18・25	
P420	金		14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	

●しょうがい児親子水泳教室

◇しょうがいのあるお子さまと保護者の方(5歳～中学生/自立歩行のできる方)

しょうがいのあるお子さまの健康促進を目的とし、プールの楽しさを知っていただく教室です。

※お子さま1名につき保護者1名の参加です。 ※保護者の方にはお子様の指導のご協力をいただきます。 ※泳ぐレーン、サーキットで泳ぐレーンをそれぞれご用意します。 ※泳力・お子さまの様子を見たと、お子様のレベルに合ったブロックでの練習をこちらからご案内させていただきます。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P498	土	14:15 ～ 15:00	12	¥20,880	6・13・20・27	なし	1・15・22・29	6・13・20・27	20組 40名程度

- 2024年4月からクラスの対象級が変更になっていきますのでご確認の上、お申し込みください。
- 申込後に進級テストに合格して、開催前にクラスが変更になる場合はお申し出ください。
- お子様の事で何か伝えておくべき事がある場合は事前にご相談ください。

※基本的には集団指導となりますので、集団での行動が苦手なお子様やその他伝えておくべき事がある方はお知らせください。

大人向け水泳教室 ※『大人向け水泳教室クラス紹介』をご参照の上、お申し込みください。

●スイムレッスン【クロール&背泳ぎ】

◇一般男女(高校生以上)

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P421	月	14:00-15:00	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	20名
P422	金	12:00-13:00	14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	20名
P423	土	13:00-14:00	12	¥13,920	6・13・20・27	なし	1・15・22・29	6・13・20・27	20名

●スイムレッスン【平泳ぎ】

◇一般男女(高校生以上)

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P431	月	12:00-13:00	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	20名
P432	月	14:00-15:00	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	20名
P433	水	12:00-13:00	14	¥16,240	3・10・17・24	22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	20名
P434	金	12:00-13:00	14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	20名
P435	土	11:00-12:00	12	¥13,920	6・13・20・27	なし	1・15・22・29	6・13・20・27	20名

●スイムレッスン【バタフライ】

◇一般男女(高校生以上)

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P441	月	10:00-11:00	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	20名
P442	月	12:00-13:00	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	20名
P443	火	20:00-21:00	13	¥15,080	2・9・16・23	21・28	4・11・25	2・9・16・23	20名
P444	水	12:00-13:00	14	¥16,240	3・10・17・24	22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	20名
P445	金	10:00-11:00	14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	20名
P446	金	14:00-15:00	14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	20名
P447	土	9:50-10:50	12	¥13,920	6・13・20・27	なし	1・15・22・29	6・13・20・27	20名

●スイムレッスン【4種目】水深1.0m ※P452/P453/P457/P458は水深2.5m

◇一般男女(高校生以上)

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P451	月	10:00-11:00	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	20名
P452	月	14:00-15:00	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	20名
P453	月	20:00-21:00	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	20名
P454	水	14:00-15:00	14	¥16,240	3・10・17・24	22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	20名
P455	木	20:00-21:00	14	¥16,240	4・11・18・25	23・30	6・13・20・27	4・11・18・25	20名
P456	金	10:00-11:00	14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	20名
P457	金	14:00-15:00	14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	20名
P458	土	11:00-12:00	12	¥13,920	6・13・20・27	なし	1・15・22・29	6・13・20・27	30名

●スイムレッスン【トレーニング】(水深2.5m)

◇一般男女(高校生以上)

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P461	月	12:30-13:30	13	¥15,080	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	20名
P462	水	14:00-15:00	14	¥16,240	3・10・17・24	22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	20名
P463	木	20:00-21:00	14	¥16,240	4・11・18・25	23・30	6・13・20・27	4・11・18・25	20名
P464	金	10:00-11:00	14	¥16,240	5・12・19・26	24・31	7・14・21・28	5・12・19・26	30名
P465	土	9:50-10:50	12	¥13,920	6・13・20・27	なし	1・15・22・29	6・13・20・27	30名

★大人向け水泳教室 クラス紹介★ ※クラス内容をご確認の上、お申し込みをお願い致します。

クラス名	メイン種目	目標	必要泳力
スイムレッスン 【クロール&背泳ぎ】	クロール・背泳ぎ	潜る・浮く・けのび・バタ足といった基本動作の練習からクロール・背泳ぎの習得を目指します。	どなたでもご参加いただけます
スイムレッスン 【平泳ぎ】	平泳ぎ	クロール・背泳ぎの泳力向上と平泳ぎの習得を目指します。	クロール・背泳ぎが25m以上泳げる
スイムレッスン 【バタフライ】	バタフライ	クロール・背泳ぎを50m以上、平泳ぎの泳力向上、バタフライの習得を目指します。	クロール・背泳ぎが50m以上 平泳ぎが25m以上泳げる
スイムレッスン 【4種目】	4種目	クロール・背泳ぎ・平泳ぎは目指せ100mで練習を積み、バタフライは泳力向上を目指します。	クロール・背泳ぎが75m、平泳ぎが50m バタフライが25m以上泳げる
スイムレッスン 【トレーニング】	4種目	泳ぎに必要な体力、筋力の向上、スピードアップを目指します。※25m・50m単位でのインターバルトレーニングを行います。	クロール・背泳ぎが100m 平泳ぎ・バタフライが50m以上泳げる

シニア向け水泳教室 ※『大人向け水泳教室』と内容は同じですが、練習強度を抑えたクラスです。

●シニア水泳教室【クロール&背泳ぎ】

◇60歳以上男女

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P471	木	14:00-15:00	14	¥16,240	4・11・18・25	23・30	6・13・20・27	4・11・18・25	20名

●シニア水泳教室【平泳ぎ】

◇60歳以上男女

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P472	木	14:00-15:00	14	¥16,240	4・11・18・25	23・30	6・13・20・27	4・11・18・25	20名

●シニア水泳教室【バタフライ】

◇60歳以上男女

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P473	木	12:00-13:00	14	¥16,240	4・11・18・25	23・30	6・13・20・27	4・11・18・25	20名

●シニア水泳教室【4種目】

◇60歳以上男女

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P474	木	12:00-13:00	14	¥16,240	4・11・18・25	23・30	6・13・20・27	4・11・18・25	20名

アーティストックススイミング教室 ※4/6(土)・13(土)・20(土)・27(土)と6/15(土)は 17:30~19:00 初級・中級クラスの合同開催となります。

●初級 (クロール・背泳ぎ・平泳ぎで25m以上泳げる方)

◇小学生~一般男女

スカーリングなど基礎の技術習得と、リズムに合わせた動きで、アーティストックススイミングの楽しさを体験できる教室です。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P481	土	17:30-19:00	12	¥20,880	6・13・20・27	なし	1・15・22・29	6・13・20・27	30名

●中級 (クロール・背泳ぎ・平泳ぎで25m以上泳げる方)

◇小学生~一般男女

初級クラスに参加された方対象の教室です。リズムに合わせた動きや基礎の技術を習得する教室です。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P482	土	19:15-20:45	12	¥20,880	6・13・20・27	なし	1・15・22・29	6・13・20・27	30名

●シニア中級 (クロール・背泳ぎ・平泳ぎで50m以上泳げる方)

◇高校生以上男女

初級クラスに参加された方対象の教室です。ルーティン作りを目標とします。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P483	月	10:15-12:15	13	¥30,160	1・8・15・22	20・27	3・10・17・24	1・8・22	30名
P484	水	19:30-21:00	14	¥24,360	3・10・17・24	22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	30名

●ジュニア (クロール・背泳ぎ・平泳ぎで25m以上泳げる方)

◇小・中学生男女

スカーリングなどの基礎の技術習得と、リズムに合わせた動きで、アーティストックススイミングの楽しさを体験できる教室です。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P485	水	17:30-19:30	14	¥32,480	3・10・17・24	22・29	5・12・19・26	3・10・17・24	30名

スキndaイビング教室 ※3点セット(マスク・スノーケル・フィン)は無料でご用意いたします。

●スキndaイビング 初級

◇一般男女 (25m泳力がある方)

初心者の方から、経験はあるけれどももう一度基礎から習いたいという方まで、基本的なスキルをマスターするクラスです。

スノーケルクリアやマスククリア、水面からの潜り方を練習します。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P491	火	10:00-11:00	13	¥16,770	2・9・16・23	21・28	4・11・25	2・9・16・23	12名

●スキndaイビング 中級

◇一般男女 (25m以上泳力がある方)

スノーケルクリアやマスククリア等のスキndaイビングの基本スキルをマスターし、水中に潜れる方が対象のクラスです。

水中をのんびり自由自在に動き回れるようになります。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P492	火	11:15-12:15	13	¥16,770	2・9・16・23	21・28	4・11・25	2・9・16・23	24名
P493	火	12:30-13:30	13	¥16,770	2・9・16・23	21・28	4・11・25	2・9・16・23	12名

●スキndaイビング 上級

◇一般男女(25m以上の泳力・スノーケリング400m・水深5mの潜水ができる方)

練習内容・練習量がハードで、様々なシチュエーションでダイビングスキルを高めます。

番号	曜日	時間	回数	参加料	4月	5月	6月	7月	定員
P494	火	10:00-11:00	13	¥16,770	2・9・16・23	21・28	4・11・25	2・9・16・23	12名

●スキndaイビングトレーニング ※当日先着順の受付です。10:30より受付いたします。

潜降浮上法・スノーケルクリア・耳抜き等を行います。練習距離を延ばし反復回数を多くする等負荷をより高めた練習です。

毎週、定期的に通えない方向けです。

◇一般男女(スキndaイビング経験者)

番号	曜日	時間	回数	1回参加料	4月	5月	6月	7月	定員
当日	火	12:30-13:30	—	¥1,290	2・9・16・23	21・28	4・11・25	2・9・16・23	12名