

令和元年度 冬季短期水泳教室参加者募集!

● B&G海洋センター ☎64-5311 ●

- 申込日時** 10月13日(日)より営業時間内(午前10時～午後8時)に海洋センター窓口へお申し込みください。
参加費、印鑑を持参の上、直接お申し込みください。**なお、申込書を持ち帰ることはできません。**
- 申込方法** ①親子、幼児アクアリズムの教室は抽選となります。[申込締め切り10月29日(火)]
・申込時に抽選番号をお渡しします。(申し込みは1人1教室)
・発表は10月30日(水)に海洋センター館内およびホームページにてお知らせします。
・発表後、11月10日(日)までにご入金ください。それ以降はキャンセル扱いとなります。
②初心者、初級、中級A B、上級は先着順となります。定員になり次第締め切りとなります。
- 注意事項** ①**10月19日(土)**までは1人1教室(本人、家族のみ)の申し込みとなります。
なお、10月20日(日)から複数の教室申し込みが可能です。
※申し込み者が2人以下の場合、教室の開催を中止する場合があります。
②参加費とは別に施設使用料(大人320円、町外480円)(高校生以下町外150円)が毎回必要です。

定員 親子は30組、幼児アクアリズムは各30人、成人対象の教室は各16人。

参加費 2,030円(8回)、1,780円[(火) 7回] ※キャンセル返金は令和元年11月10日(日)までです。

教室名	内容	期間	時間	対象
親子教室	水慣れ・水遊び中心です。	11/14~1/9 毎週木曜日(全8回)	10:30~11:15	1歳から年少まで(保護者1:子1)
幼児アクアリズム教室(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。	11/13~1/8 毎週水曜日(全8回)	15:45~16:30	平成26年4月2日~平成28年4月1日生まれの幼児(年少・年中)
幼児アクアリズム教室(年長)		11/15~1/10 毎週金曜日(全8回)		平成25年4月2日~平成26年4月1日生まれの幼児(年長)
初心者水泳教室	これから水泳をはじめたい人、水慣れを中心に行います。	11/19~1/7 毎週火曜日(全7回)	10:15~11:15	一般(16歳以上) はじめてプールに入る人、水がまだこわい人にお勧めのコースです。
初級者水泳教室	クロール、背泳ぎで25M泳ぐことが目標です。	11/19~1/7 毎週火曜日(全7回)	11:15~12:15	一般(16歳以上) クロール、背泳ぎをはじめたい人のコースです。
		11/13~1/8 毎週水曜日(全8回)	10:15~11:15	
クロール・背泳ぎ水泳教室(教室が変わります)	クロール、背泳ぎのレベルアップが目標です。	11/13~1/8 毎週水曜日(全8回)	13:30~14:30	一般(16歳以上) クロール、背泳ぎのレベルアップをしたい方のコースです。
中級者水泳教室(Bクラス)	クロール、背泳ぎで25M以上泳ぐことが目標です。	11/19~1/7 毎週火曜日(全7回)	12:15~13:15	一般(16歳以上) 綺麗なフォームで長い距離を泳ぐことを目標とします。
		11/14~1/9 毎週木曜日(全8回)	11:30~12:30	
中級Bスペシャル教室	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。	11/13~1/8 毎週水曜日(全8回)	11:15~12:15	一般(16歳以上) 平泳ぎ、バタフライの初歩まで習得したいという人のコースです。
中級者水泳教室(A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。	11/19~1/7 毎週火曜日(全7回)	13:30~14:30	一般(16歳以上) クロール、背泳ぎの上達、平泳ぎ、バタフライ25M完泳を目指す人のコースです。
		11/13~1/8 毎週水曜日(全8回)	12:15~13:15 19:00~20:00	
中級者水泳教室(Bクラス)(教室が変わります)	クロール、背泳ぎで25M以上泳ぐことが目標です	11/15~1/10 毎週金曜日(全8回)	11:30~12:30	一般(16歳以上) 綺麗なフォームで長い距離を泳ぐことを目標とします。
平泳ぎ・バタフライ水泳教室	平泳ぎ・バタフライの初歩の練習です。(中級B程度泳力がある人)	11/14~1/9 毎週木曜日(全8回)	12:30~13:30	一般(16歳以上) 平泳ぎ、バタフライを練習したいという人のコースです。
		11/15~1/10 毎週金曜日(全8回)	12:30~13:30	
上級者水泳教室	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。	11/13~1/8 毎週水曜日(全8回)	14:30~15:30	一般(16歳以上) 4種目をよりきれいに長く泳ぐことを目標とします。
		11/14~1/9 毎週木曜日(全8回)	19:00~20:00	
		11/15~1/10 毎週金曜日(全8回)	13:30~14:30	

アクアビクスのご案内

アクアビクスは水泳と違い、音楽に合わせて体を動かすことで楽しく、有効な有酸素運動が確保できます。

開催時間 火曜日19:00~19:45、木曜日13:40~14:25
金曜日10:30~11:15/19:00~19:45
土曜日10:30~11:15(土曜日は水中ウォーキング中心のアクアです)

参加費 320円/回(施設利用料別途必要)

参加方法 受付にて申込用紙に記名し、参加費をお支払いの上、プールにご集合ください。

教室のステップアップガイド

