

さがみはらグリーンプール 水泳教室・講座のご案内 R5.11.15

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
令和5年 第3回 初心者飛込教室 全2回	小学生以上 55歳未満 25M以上泳げる 耳鼻系疾患のない方	12月 2日(土) 12月 3日(日)	9:00~11:00	下記 参照	予約・申込 受付中 電話予約・窓口申込 11月25(土)×切	高校生以上 1,200円 中学生以下 600円

〔内 容〕

◎初心者を対象とした飛込教室です。2日目に日本水泳連盟の検定試験があります。

◎検定試験を受ける場合別途1,000円が必要となります。

◎定員:初心者10名、15~1級20名の定員20名

〔注意事項〕

◎**競泳スタートではありません。**

◎全2回の教室です。2日間ともご参加ください。

◎**25M以上泳げ、耳鼻系疾患のない方が参加対象となります。**

◎2日目の級認定後、当水泳場のダイビング認定証の発行申請をすることができます。(申請方法はお問合せください。)

ダイビング認定証をお持ちの方は、当水泳場のダイビング開放に参加することができます。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してください。

◎**プールに持ち込める飲料水は「水」のみです。**(スポーツドリンク等の持ち込みはできません。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費の回数割りはできません。

◎**ダイビングプール(水深5.0M)での実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
競技力向上飛込み 全4回	18歳以上 (高校生除く)	11月14日(火) 11月21日(火) 11月28日(火) 12月 5日(火)	10:00~11:30	20名	11月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第×切	4,400円

〔内 容〕

◎飛込競技の技術習得・向上を目指します。

〔注意事項〕

◎**競泳スタート練習ではありません。**

◎水質保持及びケガ防止のため、プールに入る際は、お化粧品を落として、貴金属類は外してください。

◎**プールに持ち込める飲料水は「水」のみ**です。(スポーツドリンク等の持ち込みはできません。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費の回数割りはできません。

◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
わくわく親子水泳	3歳~小学生と 保護者	11月18日(土)	13:30~14:30	30組	11月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第×切	900円

〔内 容〕

◎お子様とのスキンシップとを図りながら、水泳の指導法をお伝えします。

〔注意事項〕

◎申込は保護者1名、お子様1名の2人1組でお願いします。

◎プールの入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎**水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。**

◎参加費は、実施日当日に講座受付にてお支払ください。

◎保護者の方は、観覧席よりご見学いただけます。

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
はじめてのクロール	18歳以上 (高校生除く)	11月20日(月)	12:30~13:30	30名	11月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	600円

〔内 容〕

◎クロールをしっかり泳ぎます。

〔注意事項〕

◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。

◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費は、実施日当日に講座受付にてお支払ください。

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
幼児 初めての水泳	3歳~未就学児 水慣れ~顔付けの 練習をします。	11月20日(月)	16:00~17:00	20名	11月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	300円

〔内 容〕

◎プールがはじめての方、一緒に練習しましょう。

〔注意事項〕

◎プールの入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎保護者の方は、観覧席よりご見学いただきます。

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
小学生 平泳ぎを泳ごう	小学生平泳ぎ をクラス分け で練習します。	11月20日(月)	17:30~18:30	35名	11月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	300円

〔内 容〕

◎平泳ぎを泳ぎたい小学生、一緒に練習しましょう。

〔注意事項〕

◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。

◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎保護者の方は、観覧席よりご見学いただきます。

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
クロール集中水泳 全3回	18歳以上 (高校生除く)	11月21日(火) 11月22日(水) 11月24日(金)	12:00~13:00	30名	11月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,300円

〔内 容〕

◎水泳初心者の方、一緒に練習しましょう。

〔注意事項〕

◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。

◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費の回数割りはできません。

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
プールで遊ぼうⅡ 各1回	小学生	11月21日 火曜日	17:30~18:30	各35名	11月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	各300円
		11月22日 水曜日				

〔内 容〕

1人でプールに入ってゲームや色んな物を使って遊びましょう。

〔注意事項〕

- ◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。
- ◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してください。
- ◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)
- ◎参加費は、実施日当日に講座受付にてお支払ください。
- ◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
水中撮影 フォームチェック	18歳以上 (高学生除く)	11月29日(水)	12:00~13:00	20名	11月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	1,650円 DVD代 含む

〔内 容〕

◎泳ぎの水中撮影を行いフォームをチェックします、参考になりますよ。

〔注意事項〕

- ◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。
- ◎**水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。**
- ◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)
- ◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
平泳ぎ 全3回	18歳以上 (高学生除く)	11月30日(木) 12月7日(木) 12月14日(木)	12:00~13:00	20名	11月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,300円

〔内 容〕

◎平泳ぎを練習します。

〔注意事項〕

- ◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。
- ◎**水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。**
- ◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)
- ◎参加費の回数割りはありません。
- ◎**ダイビングプールでの実施**となります。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
初心者平泳ぎ 全3回	18歳以上 (高学生除く)	11月29日(水) 12月6日(水) 12月13日(水)	12:30~13:30	30名	11月19日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,300円

〔内 容〕

◎平泳ぎを初歩から練習します。

〔注意事項〕

- ◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。
- ◎**水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。**
- ◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)
- ◎参加費の回数割りはありません。
- ◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
初心者バタフライ 全3回	18歳以上 (高学生除く)	11月30日(木) 12月7日(木) 12月14日(木)	12:30~13:30	30名	11月19日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,300円

〔内 容〕

◎バタフライを基本から練習します。

〔注意事項〕

◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。

◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費の回数割りはできません。

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
水球 全2回	小・中学生	12月2日(土) 12月9日(土)	13:30~14:30	10名	11月19日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,200円

〔内 容〕

◎水球の基礎・ゲームを体験します。

〔注意事項〕

◎実施日当日は、水着・スイムキャップ・タオルをご持参ください。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎保護者の方は、観覧席よりご見学いただけます。

◎参加費の回数割りはできません。

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
初心者 アーティスティック スイミング 全2回	クロールで25M以上 泳げる小学生・中学生	12月2日(土) 12月9日(土)	15:30~16:30	20名	11月19日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	1,760円

〔内 容〕

◎音楽に合わせて水中ダンスを行い、シンクロナイズドスイミングの初歩を学びます。(水深1.2m)

〔注意事項〕

◎クロール25M以上泳げることが参加条件となります。

◎プールの入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
はじめての 平泳ぎ	18歳以上 (高学生除く)	12月4日(月)	12:30~13:30	30名	11月19日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	600円

〔内 容〕

◎平泳ぎを体験してみましょう。

〔注意事項〕

◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。

◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費は、実施日当日に講座受付にてお支払ください。

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
脂肪燃焼！ アクアトレーニング (全4回)	18歳以上 (高学生除く)	12月 6日(水) 12月13日(水) 12月20日(水) 12月27日(水)	13:30~14:15	20名	11月19日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	4,400円

〔内 容〕

◎音楽に合わせて水中で身体を動かす、初心者向けの水中運動です。

〔注意事項〕

◎プールの入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎**水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。**

◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費の回数割りはできません。

◎**メインプールでの実施**となります。

さがみはらグリーンプール

042-758-3151

静岡ビル保善

コナミスポーツグループ