

さがみはらグリーンプール 水泳教室・講座のご案内 R7.4.15

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 (高校生除く)	4月 2日(水) 4月 9日(水) 4月16日(水) 4月23日(水)	13:30～14:15	20名	3月19日(水)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。

◎参加費の回数割りはありません。

◎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。)

◎メイン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3回	クロールで 25M以上 泳げる小・中学生	4月 5日(土) 4月12日(土) 4月19日(土)	15:30～16:30	20名	3月19日(水)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,640円

〔内 容〕

◎音楽に合わせて水中ダンスを行い、アーティスティック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 バタフライ 全3回	18歳以上 (高校生除く)	4月 9日(水) 4月16日(水) 4月23日(水)	12:00～13:00	20名	4月5日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,300円

〔内 容〕

◎バタフライの基礎を学びます。

〔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
水中撮影 フォームチェック	18歳以上 (高校生除く)	4月17日(木)	12:00～13:00	20名	4月5日(土)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
おためし平泳ぎ	18歳以上 (高学生除く)	4月24日(木)	12:00~13:00	20名	4月5日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	700円

〔内 容〕

◎平泳ぎを体験してみましよう。

〔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
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)	5月 7日(水) 5月14日(水) 5月21日(水) 5月28日(水)	13:30~14:15	20名	4月19日(土)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。**

◎参加費の回数割りはできません。

◎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。)

◎**メインプールでの実施**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3回	クロールで 25M以上 泳げる小・中学生	5月 3日(土) 5月17日(土) 5月31日(土)	15:30~16:30	20名	4月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,640円

〔内 容〕

◎音楽に合わせて水中ダンスを行い、アーティスティック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
競泳スタート教室	18歳以上 (高学生除く)	5月1日(木)	10:30~11:30	20名	4月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	1,100円

〔内 容〕

◎競泳スタートの基礎を学びます。

〔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、貴金属を外してご参加ください。

◎**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。

◎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
平泳ぎ基礎 全3回	18歳以上 (高学生除く)	5月 7日(水) 5月14日(水) 5月21日(水)	12:00~13:00	20名	4月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,300円

〔内 容〕

◎平泳ぎの基礎を学びます。

〔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
はじめてクロール 全3回	18歳以上 (高学生除く)	5月 8日(木) 5月15日(木) 5月22日(木)	12:00~13:00	20名	4月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,300円

〔内 容〕

◎クロール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
はじめての水泳	18歳以上 (高学生除く)	4月30日(水)	12:00~13:00	20名	4月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	700円

〔内 容〕

◎水泳を体験してみましよう。

〔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。

さがみはらグリーンプール

042-758-3151

相模原市立総合水泳場未来へつなぐ共同事業体