

# さがみはらグリーンプール 水泳教室・講座のご案内 R7.10.1

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
アーティスティック スイミング 全4回	クロールで 25M以上 泳げる小・中学生	9月 6日(土) 9月20日(土) 10月11日(土) 10月18日(土)	15:30~16:30	20名	8月19日(火)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,520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
バタフライ基礎 全3回	18歳以上 (高学生除く)	9月25日(木) 10月 2日(木) 10月 9日(木)	12:00~13:00	20名	9月5日(金)より 電話予約・窓口申込 WEB申込 定員になり次第〆切	3,300円

## 〔内 容〕

◎バタフライ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 飛込体験	年中・年長 小学1年千	10月6日(月)	16:00~17:00	15名	9月5日(金)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	1,100円

## 〔内 容〕

◎飛込を体験してみましよう

## 〔注意事項〕

- ※頭まで潜れる、アームヘルパー付きで5m泳げる、アームヘルパー付きで背浮きができることが参加条件となります。
- ◎**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。)
- ◎**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
競技力向上飛込み 全4回	18歳以上 (高学生除く)	10月7日(火) 10月14日(火) 10月21日(火) 10月28日(火)	10:00~11:30	20名	9月19日(金)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	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
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)	10月8日(水) 10月15日(水) 10月22日(水) 10月29日(水)	13:30~14:15	20名	9月19日(金)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
クロール25mに チャレンジ 全3回	18歳以上 (高学生除く)	10月8日(水) 10月15日(水) 10月22日(水)	12:00~13:00	20名	9月19日(金)より 電話予約・窓口申込 WEB申込 定員になり次第〆切	3,300円

〔内 容〕

◎バタフライ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
競泳スタート教室	18歳以上 (高学生除く)	10月16日(木)	10:30~11:30	20名	9月19日(金)より 電話予約・窓口申込 WEB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
バタフライ 25mにチャレンジ 全3回	18歳以上 (高学生除く)	10月29日(水) 11月 5日(水) 11月12日(木)	12:00~13:00	20名	10月5日(日)より 電話予約・窓口申込 WEB申込 定員になり次第〆切	3,300円

〔内 容〕

◎バタフライ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
冬季水泳教室 幼児水泳教室 全8回	3歳~6歳の 幼児(小学生は除 く)	下記参照	16:00~16:50	各20名	10月5日(日)より 10月12日(日)まで ホームページからの 申込のみ抽選あり	各 6,160円

〔内 容〕

◎水遊びから水の楽しみ、水泳の基本動作を学びます。

◎実施日

◎火曜クラス:11月 4日・11日・18日・25日・12月 2日・ 9日・16日・23日

◎水曜クラス:11月 5日・12日・19日・26日・12月 3日・10日・17日・24日

◎木曜クラス:11月 6日・13日・20日・27日・12月 4日・11日・18日・25日

〔注意事項〕

◎各クラス応募者多数の場合は、抽選とさせていただきます。

◎お電話や窓口での直接予約及び申込は一切できませんので、ご了承ください。

◎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。)

◎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
冬季水泳教室 小学生水泳教室 全8回	小学生 各曜日の参加基準 は下記参照	下記参照	17:30~18:30	各35名	10月5日(日)より 10月12日(日)まで ホームページからの 申込のみ抽選あり	各 6,160円

〔内 容〕

◎水泳の基本動作、各泳法の習得、集団行動を学びます。

◎火曜:初心者・クロール・平泳ぎ・バタフライ

◎水曜:初心者・クロール・平泳ぎ・バタフライ

◎木曜:クロール・平泳ぎ・バタフライ・個人メドレー

◎実施日

◎火曜クラス:11月 4日・11日・18日・25日・12月 2日・ 9日・16日・23日

◎水曜クラス:11月 5日・12日・19日・26日・12月 3日・10日・17日・24日

◎木曜クラス:11月 6日・13日・20日・27日・12月 4日・11日・18日・25日

〔注意事項〕

◎各クラス応募者多数の場合は、抽選とさせていただきます。

◎お電話や窓口での直接予約及び申込は一切できませんので、ご了承ください。

◎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。)

◎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
冬期水泳教室 成人水泳教室 全8回	18歳以上 (高学生除く)	下記参照	12:00~13:00	30名	10月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	各 8,800円

〔内 容〕

◎火曜日:クラス1(初心者~クロール)・クラス2(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ)・クラス2(バタフライ、個人メドレー)

〔注意事項〕

◎実施日

◎火曜クラス:11月 4日・11日・18日・25日・12月 2日・ 9日・16日・23日

◎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。)

◎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
中学・高校生水泳	クロール~ 個人メドレー	下記参照	17:30~18:30	35名	10月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	6,160円

〔内 容〕

◎クロール・平泳ぎ・バタフライ・個人メドレー

◎実施日

◎木曜クラス:11月 6日・13日・20日・27日・12月 4日・11日・18日・25日

〔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。

◎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	小・中学生	10月19日(日)	15:30~16:30	10名	10月5日(日)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	1,100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。

◎**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)	10月23日(木)	12:00~13:00	20名	<b>10月5日(日)より</b> 電話予約・窓口申込 WEB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。

**講座・教室・イベントに関しまして、諸事情により変更・延期・中止する場合がございますので、予め、ご了承ください。**

**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