

# さがみはらグリーンプール 水泳教室・講座のご案内 R7.7.15

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)	9月 3日(水) 9月10日(水) 9月17日(水) 9月24日(水)	13:30～14:15	20名	6月19日(木)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
水中撮影 フォームチェック	18歳以上 (高校生除く)	7月17日(木)	12:00～13:00	20名	7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
泳力検定	18歳以上 (高校生除く)	7月23日(水)	12:00～13:00	20名	7月5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〕

◎泳力検定会を実施します。(検定合格で日本水泳連盟に登録する場合別途登録料1,000円が必要となります。)

## 〔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。)

◎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
ジュニア 競泳スタート教室	小・中学生	7月24日(木)	10:30～11:30	20名	7月5日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	550円

## 〔内 容〕

◎小・中学生対象、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
ういてまで水泳	小学生以上	7月20日(土)	15:30~16:30	10名	7月5日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	550円

〔内 容〕

◎水難学会着衣泳指導員による着衣水泳講座です。

〔注意事項〕

◎持ち物:洗濯してある長袖・長ズボン・キレイに洗ってある運動靴・ラベルを取った空のペットボトル

◎参加費は、実施日当日に講座受付にてお支払ください。

◎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、貴金属類は外してください。

◎保護者の方は、観覧席よりご見学いただきます。

◎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
幼児 苦手克服水泳 (全3回)	オムツの取れている 3歳~未就学児 水慣れ~顔付けの 練習をします。	7月22日(火) 7月23日(水) 7月24日(木)	16:00~17:00	20名	7月5日(土)より ホームページからの 申込のみ 定員になり次第〆切	1,650円

〔内 容〕

◎水慣れ~けのびが苦手な幼児 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。(共済券等での支払はできません。)

◎参加費の回数割りはありません。

◎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 クロール集中水泳 (全3回)	ビート板を使わない 一人で受ける 小学生	7月22日(火) 7月23日(水) 7月24日(木)	17:30~18:30	35名	7月5日(土)より ホームページからの 申込のみ 定員になり次第〆切	1,650円

〔内 容〕

◎クロールをクラス分けで集中して練習します。

〔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。(共済券等での支払はできません。)

◎参加費の回数割りはありません。

◎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
幼児 苦手克服水泳 (全3回)	オムツの取れている 3歳~未就学児 水慣れ~顔付けの 練習をします。	7月29日(火) 7月30日(水) 7月31日(木)	16:00~17:00	20名	7月5日(土)より ホームページからの 申込のみ 定員になり次第〆切	1,650円

〔内 容〕

◎水慣れ~けのびが苦手な幼児 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。(共済券等での支払はできません。)

◎参加費の回数割りはありません。

◎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 平泳ぎ集中水泳 (全3回)	ビート板を使わない で5mバタ足が できる小学生	7月29日(火) 7月30日(水) 7月31日(木)	17:30~18:30	35名	<b>7月5日(土)より</b> ホームページからの 申込のみ 定員になり次第〆切	1,650円

〔内 容〕

◎平泳ぎをクラス分けで集中して練習します。

〔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。

◎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
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	8月 9日(土) 8月16日(土) 8月23日(土)	15:30~16:30	20名	<b>7月5日(土)より</b> 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
はじめての水泳	18歳以上 (高校生除く)	7月30日(水)	12:00~13:00	20名	<b>7月19日(土)より</b> 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	700円

〔内 容〕

◎泳力検定会を実施します。(検定合格で日本水泳連盟に登録する場合別途登録料1,000円が必要となります。)

〔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。)

◎**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
ジュニア 競泳スタート教室	小・中学生	7月31日(木)	10:30~11:30	20名	<b>7月19日(土)より</b> 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	550円

〔内 容〕

◎小・中学生対象、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
夏休み 短期水泳教室 全4回	小学生・中学生	8月 4日(月)	① 9:00~10:00	各35名	7月19日(土)より ホームページからの 申込のみ 定員になり次第〆切	各 1,400円
		~	② 11:00~12:00			
		8月 7日(木)	③ 13:30~14:30			
		の4日間	④ 15:30~16:30			

〔内 容〕

内容 ①~④初心者~バタフライ

〔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。

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