

元気ぷらざ 2022年度 第3期 水泳教室

● 火・木・金 → 全8回 / 水 → 全7回

11月	火	15	22	29	12月	火		6	13	20	R5.1月	火	10	17
	水	16		30		水		7	14	21		水	11	18
	木	17	24			木	1	8	15	22		木	12	19
	金	18	25			金	2	9	16	23		金	13	20

※ 祝日や年末年始はお休みです。

【教室内容】

おとなの教室								
	教室名	時間	内容	対象	日程	回数	定員	費用
泳ぎ系	火曜 はじめて水泳	10:00	水泳に必要な基本動作の習得を目指します。	18歳以上の方	11/15~R5.1/17	全8回	各10名	各7,200円
	木曜 はじめて水泳	11:00			11/17~R5.1/19			
	火曜 初級水泳	10:00	泳ぎの基礎からクロール・背泳ぎの習得を目指します。	18歳以上の方	11/15~R5.1/17			
	木曜 初級水泳	11:00			11/17~R5.1/19			
	火曜 中級水泳(平泳ぎコース)	11:00	平泳ぎを中心にクロール・背泳ぎの3泳法の習得を目指します。	2種目以上、25m泳げる18歳以上の方	11/15~R5.1/17			
	木曜 中級水泳(平泳ぎコース)	12:00			11/17~R5.1/19			
火曜 上級水泳(バタフライコース)	11:00	バタフライを中心に4泳法の習得を目指します。	2種目以上、25m泳げる18歳以上の方	11/15~R5.1/17				
木曜 上級水泳(バタフライコース)	12:00			11/17~R5.1/19				
運動系	火曜 のびのびウォーキング	13:00	無理のない水中歩行を行います。	18歳以上の方	11/15~R5.1/17	全8回	15名	各7,200円
	木曜 しっかり水中運動	14:00	水中歩行や筋トレ・体操などしっかりと運動します。	18歳以上の方	11/17~R5.1/19		20名	
こどもの教室								
	教室名	時間	内容	対象	日程	回数	定員	費用
幼児	水曜 プールだいすき!	15:00-16:00	楽しく水に親しみながら、水泳の初歩を習得します。(クラス分けあり)	おむつの取れた満3歳~6歳(未就学児)	11/16~R5.1/18	全7回	20名	6,300円
幼児~低学年	火曜 こども水泳	16:00-17:00	水慣れから水泳の基礎やクロール・背泳ぎの習得を目指します。(クラス分けあり)	5歳~小学2年生	11/15~R5.1/17	全8回	各25名	7,200円
	水曜 こども水泳				11/16~R5.1/18	全7回		6,300円
	木曜 こども水泳				11/17~R5.1/19	全8回		各7,200円
	金曜 こども水泳				11/18~R5.1/20	全8回		各7,200円
小学生	火曜 小学生水泳	17:00-18:00	水泳の基礎から各種泳法の習得やレベルアップを目指します。(クラス分けあり)	小学生	11/15~R5.1/17	全8回	各25名	7,200円
	水曜 小学生水泳				11/16~R5.1/18	全7回		6,300円
	木曜 小学生水泳				11/17~R5.1/19	全8回		各7,200円
	金曜 小学生水泳				11/18~R5.1/20	全8回		
小・中	金曜 ジュニアレベルアップ	18:00-19:00	4泳法の習得とレベルアップを目指します。 ※保護者の送迎必須です!	クロール・背泳ぎ共に25m以上泳げる小学3年生~中学生	11/18~R5.1/20	全8回	各7,200円	

【応募方法】

● 一次募集【北区在住・在学・在園の方が対象】
『126円の往復ハガキ』でご応募ください!
2022年10月21日(金)必着

63 (返信) ↑ 「確認してください」	1150042 北区志茂1-2-22 元気ぷらざ 苑	空欄のまま 投函して下さい	63 (返信) ↑ 「確認してください」	北区 ○○○○○ 返送先の住所を記入 受講される方のお名前	① 希望教室名・曜日・時間 ② 郵便番号・住所 ③ 氏名 (ふりがな) ④ 年齢 (こどもは学年も) ⑤ 性別 ⑥ 電話番号 (つながりやすい番号で) ※ 北区在勤・在学の方は勤務先、 学校名も明記
-------------------------------	----------------------------------	------------------	-------------------------------	--	---

※応募者多数の場合は、抽選となります。
※記入の不備がある場合は、無効(落選)となりますのでお気を付け下さい。
※申込みは1名1通です。(複数教室、ご兄弟の場合は、それぞれ往復ハガキが必要です)
※必着日よりしばらくたって返信が届かない場合は、ご連絡下さい。

● 二次募集【北区内・北区外の方も対象】
2022年10月31日(月) 9:00~受付開始

定員に達していない教室の募集を上記より
受付窓口にて随時募集いたします。
8:45より順番に整理券を配布いたします。
(定員に達している場合は二次募集は行いません。)

※往復はがき、お電話でのお申し込みはできません。
※二次募集は定員になるまで行います。(定員になり次第終了)
※受講希望されるご本人様、またはその保護者、ご家族の方がお申込みください。ご家族以外の代理申込みはできません。

新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、教室を中止する場合がございます。

ホームページ、フェイスブック、ツイッターもぜひご確認ください。



HP



Facebook



Twitter

<https://genkiplaza.tokyo.jp>

〒115-0042 北区志茂1-2-22 ☎ 03-5249-2214 北区立 元気ぷらざ