

◆2022年度 第1期 水泳教室◆

開催日程カレンダー

● 緑色のところが開催日です (全8回)

4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

5月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

元気ぷらざ 水泳教室 内容

☐ → プール休業日

おとな	教室名		対象	時間	日程	内容	定員 (抽選)	費用
	曜日	種目						
おとな	火	火曜 はじめて水泳	18歳以上の方	10:00	4/12~6/7 (5/3を除く) 全8回	水中歩行から水泳に必要な基本動作の習得を目指します。泳ぎの基礎からクロール・背泳ぎの習得を目指します。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。バタフライを中心に4泳法の習得を目指します。無理のない水中歩行をおこないます。	各10名	各7,200円
		火曜 初級水泳		11:00				
		火曜 中級水泳 (平泳ぎコース)		11:00				
		火曜 上級水泳 (バタフライコース)		12:00				
		のびのびウォーキング	18歳以上の方	13:00-14:00			15名	
おとな	木	木曜 はじめて水泳	18歳以上の方	10:00	4/14~6/9 (5/5を除く) 全8回	水中歩行から水泳に必要な基本動作の習得を目指します。泳ぎの基礎からクロール・背泳ぎの習得を目指します。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。バタフライを中心に4泳法の習得を目指します。水中で歩いたり、筋トレ・体操など、しっかりと体を動かします。	各10名	各7,200円
		木曜 初級水泳		11:00				
		木曜 中級水泳 (平泳ぎコース)		11:00				
		木曜 上級水泳 (バタフライコース)		12:00				
		しっかり水中運動	18歳以上の方	13:00-14:00			20名	
こども	NEW	火	火曜 こども水泳	5歳~小学2年生	16:00-17:00	水慣れからクロール・背泳ぎの習得、水泳の基礎を練習します。	各25名	各7,200円
	水	プールだいすき!	おむつの取れた満3歳~6歳(未就学児)	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。	20名		
	NEW	水	水曜 小学生水泳	小学生	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。	各25名	
	NEW	木	木曜 小学生水泳	小学生	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。	各25名	
	NEW	金	金曜 小学生水泳	小学生	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。	各25名	

【応募方法】

- 一次募集 【北区在住・在勤・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3月23日(水) 必着

63 (往信) ↑ 63円でお送りください	1 1 5 0 0 4 2	投函用ハガキ 空欄のまゝ	63 (返信) ↑ 63円でお送りください	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 (つながらやすい番号で) ※ 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。
- ※ 申し込みは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でも返信が届かない場合は、ご連絡下さい。

- 二次募集 【北区内・区外の方も対象】
2022年4月4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致します。
(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下さい。ご家族以外の方の代理申込みはできません。

その他ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せ下さい。

HPからも教室の詳細がご確認いただけます。
<https://genkiplaza.tokyo.jp>

新型コロナウイルス感染防止の観点から、教室を中止する場合がございますので
あらかじめご了承下さい。

ホームページ、フェイスブック、ツイッター もぜひご確認下さい。HP Facebook Twitter