

元気ぷらざ

◆ 2021年度 第3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【火・木 → 全10回 / 水・金 → 全9回】

1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					

2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					

3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		

元気ぷらざ 水泳教室 内容

おとな	教室名	対象	曜日	時間	日程	内容	定員(抽選)	費用
	はじめて水泳	18歳以上の方	火 木	10:00 11:00	1/11~3/15 全10回 1/13~3/17 全10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。	各10名	各9,000円
初級 水泳	18歳以上の方	火 木	10:00 11:00	1/11~3/15 全10回 1/13~3/17 全10回	泳ぎの基礎からクロール・背泳ぎの習得を目指します。	各10名		
中級 水泳 (平泳ぎ コース)	2種目以上、25m泳げる18歳以上の方	火 木	11:00 12:00	1/11~3/15 全10回 1/13~3/17 全10回	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。	各10名		
上級 水泳 (バタフライ コース)	2種目以上、25m泳げる18歳以上の方	火 木	11:00 12:00	1/11~3/15 全10回 1/13~3/17 全10回	バタフライを中心に4泳法の習得を目指します。	各10名		
のびのびウォーキング	18歳以上の方	火	13:00	1/11~3/15 全10回	無理のない水中歩行をおこないます。	15名		
しっかり水中運動		木	14:00	1/13~3/17 全10回	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。	20名		
こども	教室名	対象	曜日	時間	日程	内容	定員(抽選)	費用
	プールだいすき!	おむつの取れた満3歳~6歳(未就学児)	水	15:00 16:00	1/12~3/16 (2/23を除く) 全9回	楽しく水に親しみながら水泳の初歩を習得します。	20名	8,100円
	こども水泳	5歳~小学2年生	水 金	16:00 17:00	1/12~3/16 (2/23を除く) 全9回 1/14~3/18 (2/11を除く) 全9回	水慣れから水泳の基礎を練習し、クロール・背泳ぎの習得を目指します。	各25名	8,100円
	小学生水泳	小学生	火	17:00 18:00	1/11~3/15 全10回	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	9,000円
			水		1/12~3/16 (2/23を除く) 全9回		各25名	8,100円
木			1/13~3/17 全10回		各25名		9,000円	
	金	1/14~3/18 (2/11を除く) 全9回	30名	8,100円				
ジュニアレベルアップ	クロール・背泳ぎ共に25m以上泳げる小学3年生~中学生	金	18:00 19:00	1/14~3/18 (2/11を除く) 全9回	4泳法の習得とレベルアップを目指します。 ※ 保護者の送迎が必要です。	25名	8,100円	

【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!
2021年12月20日(月) 必着

63 <返信> 〒115-0042 東京都北区志茂1-2-22 元気ぷらざ 宛	1150042	投函の目安 空欄のまま	63 <返信> 〒115-0042 東京都北区志茂1-2-22 元気ぷらざ 宛	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】
2021年12月27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>



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

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