

プールプログラム

※プールプログラム対象 幼児：3～6歳の未就学児/小学生：1年生～6年生

対象	曜日	番号	教室名	時間	定員	空き状況 (数値は定員までの申込可能人数)										内容	レベル	初回日	一般会費	会員会費			
親子	月	P01	親子水中運動	11:00~11:55	25組	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	プールの中ですべり台やトンネルくぐり。親子のスキンシップの場に最適!!		4/3	12,000	10,800	円/全 12 回		
	月	P03	幼児水泳	14:30~15:25	38	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	初めてのプールに挑戦/顔付け/もぐり/けのび/背面キック		4/3	12,000	10,800	円/全 12 回		
					11	12	13	14	15	16	17	18	19	20									
					21	22	23	24	25	26	27	28	29	30									
					31	32	33																
		P04	幼児水泳	15:30~16:25	38	1	2	3	4	5	6												
幼児		P05	初めての幼児	13:30~14:25	38	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	初めてのプールに挑戦/顔付け/もぐり/けのび/バタ足		♪	4/5	14,000	12,600	円/全 14 回	
						11	12																
	水		P06	幼児水泳	14:30~15:25	38	1	2	3	4	5	6	7	8			初めてのプールに挑戦/顔付け/もぐり/けのび/背面キック						
						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
木		P08	幼児水泳	15:30~16:25	38	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	初めてのプールに挑戦/顔付け/もぐり/けのび/背面キック		4/6	14,000	12,600	円/全 14 回		
					11	12	13	14	15														
		P10	幼児水泳	13:00~13:55	38	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	初めてのプールに挑戦/顔付け/もぐり/けのび/背面キック		4/8	10,000	9,000	円/全 10 回		
土					11																		
		P11	幼児水泳	14:00~14:55	38	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
						11	12	13															

2次募集は、全ての空き教室（定員に達していない教室）を先着にて受付致します。
 受付場所：鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ 1F窓口
 ※ 空き教室に関しては、表中の【空き状況】をご確認下さい。また、手続きの際は、表中の【会費】をご持参下さい。
 ※ 2次募集受付中は、空き状況に変動がございますのでご注意下さい。残り僅かとなりました教室については、事前にお問い合わせ頂くことをお勧めします。

鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ 2023年4月START 定期教室 3/5(日)現在

プールプログラム

※プールプログラム対象 幼児：3～6歳の未就学児／小学生：1年生～6年生

月	P14	クロール基礎	⑨～ ⑦	17:30～ 18:25	12	1	2										面かぶりクロール/クロール	4/3	12,000	10,800 円/全	12 回	
	P15	初級コース	⑨～ ⑦	16:30～ 17:25	16	1	2	3									クロール25M/背面キック/背泳ぎ					
	P16	初級コース	⑨～ ⑦	17:30～ 18:25	16	1	2	3	4	5	6	7	8	9								
	P18	中級コース	⑥～ ④	17:30～ 18:25	12	1	2	3	4													平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック
	P19	上級コース	③～A	17:30～ 18:25	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10							バタフライ/個人メドレー他
水	P23	初級コース	⑨～ ⑦	17:30～ 18:25	10	1	2	3	4	5	6						クロール25M/背面キック/背泳ぎ	4/5	14,000	12,600 円/全	14 回	
	P25	中級コース	⑥～ ④	17:30～ 18:25	10	1	2	3									平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック					
	P26	上級コース	③～A	17:30～ 18:25	12	1	2	3	4	5	6	7					バタフライ/個人メドレー他					
木	P28	水慣れ		17:30～ 18:25	12	1											顔付け/もぐり/けのび(浮く)/バタ足/背面キック	4/6	14,000	12,600 円/全	14 回	
	P30	クロール基礎	⑪・ ⑩	17:30～ 18:25	16	1	2	3	4	5	6	7					面かぶりクロール/クロール					
	P32	初級コース	⑥～ ④	17:30～ 18:25	16	1	2	3	4	5	6						クロール25M/背面キック/背泳ぎ					
	P33	中級コース	⑥～ ④	16:30～ 17:25	12	1	2	3	4	5	6						平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック					
	P34	中級コース	⑥～ ④	17:30～ 18:25	12	1	2	3	4	5	6	7										
	P35	上級コース	③～A	18:30～ 19:25	12	1	2															バタフライ/個人メドレー他
土	P38	クロール基礎	⑪・ ⑩	15:00～ 15:55	16	1											面かぶりクロール/クロール	4/8	10,000	9,000 円/全	10 回	
	P41	初級コース	⑨～ ⑦	16:00～ 16:55	16	1	2	3	4	5							クロール25M/背面キック/背泳ぎ					
	P42	中級コース	⑥～ ④	15:00～ 15:55	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9			平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック					
	P43	中級コース	⑥～ ④	16:00～ 16:55	12	1	2	3									平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック					
	P44	上級コース	③～A	17:00～ 17:55	12	1	2	3	4	5							バタフライ/個人メドレー他					

2次募集受付中

※窓口のみでの受付となります。お電話などでのご予約はできませんので、ご了承下さい。

お問合せ先： 鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ 03-3337-1771