

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	初日	一般会費	会員会費										
親子	月	PO1	親子水中運動	11:00~11:55	25組	1	2															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！！		1/15	7,000	6,300	円/全	7	回	
	土	PO2	親子水中運動	11:00~11:55	25組	1	2	3	4	5	6													1/6	12,000	10,800	円/全	12	回	
幼児	月	PO3	幼児水泳	14:30~15:25	35	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	♪	1/15	7,000	6,300	円/全	7	回	
		11	12			13	14	15	16	17	18	19	20																	
		PO4	幼児水泳	15:30~16:25	35	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10															
		PO5	初めての幼児	13:30~14:25	25	1	2	3	4	5														1/10	10,000	9,000	円/全	10	回	

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】をご確認ください。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ください。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。

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。

鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ 2024年1月START 定期教室 12/3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	P12	水慣れ	15~16	16:30~17:25	12	1	2	3	4	5	6	7	顔付け/もぐり/けのび(浮く)/バタ足/背面キック	♪	1/15	10,000	9,000	円/全	10	回			
	P14	クロール基礎	9~10	17:30~18:25	16	1	2	3	4	面かぶりクロール/クロール													
	P15	初級コース	9~10	16:30~17:25	16	1	2	3	4	5	6	7	8								9	10	クロール25M/背面キック/背泳ぎ
	P16	初級コース	9~10	17:30~18:25	16	1	2	3	4	5	6	7	8								9	10	平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック
	P18	中級コース	6~7	17:30~18:25	16	1	2	3	4	5	6	7	8								9	10	バタフライ/個人メドレー他
	P19	上級コース	3~A	17:30~18:25	12	1	2	3	4	5	6	7	8								9	バタフライ/個人メドレー他	
水	P23	初級コース	9~10	17:30~18:25	16	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	クロール25M/背面キック/背泳ぎ	♪	1/10	10,000	9,000	円/全	10	回
	P24	中級コース	6~7	16:30~17:25	8	1	2	平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック															
	P25	中級コース	6~7	17:30~18:25	12	1	2	3	4	5	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	バタフライ/個人メドレー他															
	P28	水慣れ	15~16	17:30~18:25	12	1	2	3	4	5	6	7	8	顔付け/もぐり/けのび(浮く)/バタ足/背面キック									
木	P31	初級コース	9~10	16:30~17:25	16	1	2	3	4	5	6	7	クロール25M/背面キック/背泳ぎ	♪	1/11	11,000	9,900	円/全	11	回			
	P32	初級コース	6~7	17:30~18:25	16	1	2	3	4	5	6	平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック											
	P33	中級コース	6~7	16:30~17:25	16	1	2	平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック															
	P34	中級コース	6~7	17:30~18:25	16	1	2	3	4	5	6	7	8								9	10	バタフライ/個人メドレー他
	P35	上級コース	3~A	18:30~19:25	12	1	2	3	4	5	6	7	8								9	10	バタフライ/個人メドレー他
	P37	水慣れ	15~16	16:00~16:55	12	1	2	3	4	5	6	顔付け/もぐり/けのび(浮く)/バタ足/背面キック											
土	P39	クロール基礎	11~12	16:00~16:55	12	1	2	3	面かぶりクロール/クロール	♪	1/6	9,000	8,100	円/全	9	回							
	P40	初級コース	9~10	15:00~15:55	16	1	2	クロール25M/背面キック/背泳ぎ															
	P41	初級コース	9~10	16:00~16:55	16	1	2	3	4								クロール25M/背面キック/背泳ぎ						
	P42	中級コース	6~7	15:00~15:55	16	1	2	3	4								5	6	7	8	平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック		
	P43	中級コース	6~7	16:00~16:55	16	1	2	3	4								5	6	7	平泳ぎキック/平泳ぎ/バタフライキック			