

さがみはらグリーンプール 水泳教室・講座のご案内 R6.10.25

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
脂肪燃焼！ アクアトレーニング 全4回	18歳以上 (高学生除く)	10月 9日(水) 10月16日(水) 10月23日(水) 10月30日(水)	13:30～14:15	20名	9月19日(木)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	4,400円

〔内 容〕

◎音楽に合わせて水中で身体を動かす、初心者向けの水中運動です。

〔注意事項〕

◎プールの入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎**水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。**

◎参加費の回数割りはありません。

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎**メインプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
競技力向上飛込み 全4回	18歳以上 (高学生除く)	10月15日(火) 10月22日(火) 10月29日(火) 11月 5日(火)	10:00～11:30	20名	9月19日(木)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	4,400円

〔内 容〕

◎飛込競技の技術習得・向上を目指します。

〔注意事項〕

◎**競泳スタート練習ではありません。**

◎水質保持及びケガ防止のため、プールに入る際は、お化粧品を落として、貴金属類は外してください。

◎**プールに持ち込める飲料水は「水」のみ**です。(スポーツドリンク等の持ち込みはできません。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費の回数割りはありません。

◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
水球 全2回	小・中学生	11月 3日(日)	15:30～16:30	10名	10月5日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	1,100円

〔内 容〕

◎水球の基礎・ゲームを体験します。

〔注意事項〕

◎実施日当日は、水着・スイムキャップ・タオルをご持参ください。

◎**水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。**

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎保護者の方は、観覧席よりご見学いただけます。

◎参加費の回数割りはありません。

◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
東京オリンピック代表 坂井丞選手の ジュニア初心者飛込 全4回	小学生～ 高校生	11月 8日(金) 11月15日(金) 11月22日(金) 11月29日(金)	19:00～20:30	20名	10月5日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	4,400円

〔内 容〕

◎飛込競技の基本・技術習得・向上を目指します。

〔注意事項〕

◎**競泳スタート練習ではありません。**

◎水質保持及びケガ防止のため、プールに入る際は、お化粧を落として、貴金属類は外してください。

◎**プールに持ち込める飲料水は「水」のみ**です。(スポーツドリンク等の持ち込みはできません。)

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費の回数割りはできません。

◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
初心者 アーティスティック スイミング 全3回	クロールで 25m泳げる 小・中学生	11月 2日(土) 11月 9日(土) 11月16日(土)	15:30～16:30	20名	10月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	2,640円

〔内 容〕

◎音楽に合わせて水中ダンスを行い、シンクロナイズドスイミングの初歩を学びます。(水深1.2m)

〔注意事項〕

◎**クロール25M以上泳げることが参加条件**となります。

◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎**水質維持及び怪我防止のため、お化粧は落とし、貴金属類は外してご参加ください。**

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎保護者の方は、観覧席よりご見学いただけます。

◎参加費の回数割りはできません。

◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
個人メドレー 練習会	18歳以上 (高校生除く)	11月 6日(水)	12:00～13:00	20名	10月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	1,100円

〔内 容〕

◎泳力検定を目指して個人メドレーを練習します。

〔注意事項〕

◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎**水質維持及び怪我防止のため、お化粧は落とし、貴金属類は外してご参加ください。**

◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
はじめての バタフライ 全3回	18歳以上 (高校生除く)	11月 7日(木) 11月14日(木) 11月21日(水)	12:00～13:00	20名	10月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	3,300円

〔内 容〕

◎平泳ぎの基礎を学びます。

〔注意事項〕

◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎**水質維持及び怪我防止のため、お化粧は落とし、貴金属類は外してご参加ください。**

◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費の回数割りはできません。

◎**ダイビングプールでの実施**となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
水中撮影 フォームチェック	18歳以上 (高校生除く)	11月13日(水)	12:00~13:00	20名	10月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	1,650円 DVD代 含む

〔内 容〕

◎泳ぎの水中撮影を行いフォームをチェックします、参考になりますよ。

〔注意事項〕

◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。

◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
冬期水泳教室 成人水泳教室 全10回	18歳以上 (高校生除く)	下記参照	12:00~13:00	各20名	10月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	各 11,000円

〔内 容〕

◎火曜日:クラス1(初心者~平泳ぎ) クラス2(4種目と個人メドレー)

〔注意事項〕

◎実施日

◎火曜クラス:11月12日・19日・26日・11月 3日・10日・17日・24日・1月 7日・14日・21日

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属を外してご参加ください。

◎プールに入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎参加費のお支払は現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎参加費の回数割りはできません。

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

イベント名	対象	実施日	時間	定員	予約・申込	参加費
中学・高校生水泳 クロール~ 個人メドレー	中学・高校生	下記参照	17:30~18:30	35名	10月19日(土)より 電話予約・窓口申込 定員になり次第〆切	7,700円

〔内 容〕

◎クロール~個人メドレーをクラス分けて練習します。

◎実施日

◎木曜クラス:11月14日・21日・28日・11月 5日・12日・19日・26日・1月 9日・16日・23日

〔注意事項〕

◎プールの入る際は、スイミングキャップが必要となります。

◎水質維持及び怪我防止のため、お化粧品は落とし、貴金属類は外してご参加ください。

◎参加費のお支払は、現金のみとなります。(共済券等でのお支払はできません。)

◎保護者の方は、観覧席よりご見学いただきます。

◎参加費の回数割りはできません。

◎ダイビングプールでの実施となります。

詳しくはお問い合わせください。

さがみはらグリーンプール

042-758-3151

相模原市立総合水泳場未来へつなぐ共同事業体