

冬休み短期水泳教室 生徒募集

募集締切日 11月29日(火) 消印有効

コース名	対象者	日程	時間	受講料(税込)	定員(人)
リトル・幼児	満2歳以上～未就学児 (ペンスケ～11級)	12/23・24・25・26・27	15:25～16:25	5,940円	20
ジュニア	小学生 (ペンスケ～6級)		16:30～17:35	5,220円	35
ジュニア中級	4種目25m以上泳げる小・中学生 (5級以上)		17:30～18:40	5,220円	25

※冬休み短期水泳教室に割引、振替制度はございません。

冬季水泳教室 生徒募集

募集締切日 11月29日(火) 消印有効

冬季水泳教室開催日程

コース	曜日	1月	2月	3月
リトル	(月)	9・16・23・30	6・13・20・27	6・13・20・27
	(金)	6・13・20・27	3・10・17・24	3・10・17・24
幼児(月・火・木・金・土・日)	(月)	9・16・23・30	6・13・20・27	6・13・20・27
ジュニア(月・火・木・金・土・日)	(火)	10・17・24・31	7・14・21・28	7・14・21・28
ジュニア中級(月・火・木・金・土・日)	(木)	12・19・26	2・9・16・23	2・9・16・23・30
選手育成(月・火・木・金・土)	(金)	6・13・20・27	3・10・17・24	3・10・17・24
一般(月・木・金)	(土)	7・14・21・26	4・11・18・25	4・11・18・25
アクアウォーク(月・火・金)	(日)	8・15・22・29	5・12・19・26	5・12・19・26

※各コースの開催時間帯は水泳教室タイムテーブルを参照ください。

コース名	対象者(級)	コース紹介	クラス制度	受講料(税込)	定員
リトル	満2歳以上～未就学児 (ペンスケ～15級)	お子様が、一人でレッスンに参加することで、お友達と一緒に遊ぶことを覚え身に付けていくことができるコースです。入園児の親離れもスムーズに!	フリー出席制	12,720円	15名
幼児	満3歳以上～未就学児 (ペンスケ～11級)	集団行動の中で水の楽しさや水泳技術を身に付けるコースです。	クラス制 各クラス全12回	11,520円	各クラス 20名
ジュニア	小学生 (ペンスケ～6級)	全く泳げない方からクロール・背泳ぎ・平泳ぎが25m程度泳げる小学生を対象に水泳技術をと泳力の向上を目指すコースです。	クラス制 各クラス全12回	10,200円	各クラス 35名
ジュニア中級	4種目25m以上泳ぐことが出来る小・中学生(5級以上)	4泳法泳げるお子様を対象に技術、記録の向上を目指し、水泳大会にも参加を目指すコースです。	クラス制 各クラス全12回	10,200円	25名
選手育成	コース紹介参照	地域を代表する選手育成を目指すコースです。受講者は水泳連盟に年間登録を行い、多くの大会に出場します。対象者は日本水泳連盟資格級1級以上を2種目クリアしており、週3回以上練習参加可能な方。受講希望の方はお問合せ下さい。	ジュニア中級 全日程	13,200円	若干名
一般	高校生以上	全く泳げない方から4泳法泳げる方まで、その人のレベルに合わせた水泳技術と泳力向上を目指すコースです。	クラス制 各クラス全12回	11,520円	各クラス 20名
アクアウォーク	18歳以上	「水圧」「浮力」「抵抗」「水温」の水の特性を最大限に活かし、柔軟性(ストレッチ)・有酸素運動(エアロビクス)・筋力向上(ストレンクス)・リハビリ・リラクゼーションなど個人の目的に合わせてながら、高い運動効果を得るクラスです。 プログラム強度 ★★アクアピクス(火) ★★水中運動(月) ★★水中ウォーキング(金)	フリー出席制	11,520円	30名

※リトル・幼児・ジュニア・ジュニア中級コースを受講される方は、当スポーツセンター指定の水泳帽子(500円)を着用してください。

【冬季水泳教室タイムテーブル】

	日	月	火	水	木	金	土
9:00							
10:00	ジュニア中級(日) 9:50～11:00	一般(月) 9:50～11:00	アクアピクス(火) 10:00～11:00		一般(木) 9:50～11:00	一般(金) 9:50～11:00	ジュニア(土)A 10:00～11:05
11:00	ジュニア(日)A 11:00～12:05	リトル(月)				リトル(金) 11:20～12:20	幼児(土)A 11:10～12:10
12:00	ジュニア(日)B 12:05～13:10	11:20～12:20					
13:00	幼児(日) 13:15～14:15					水中ウォーキング(金) 13:00～14:00	
14:00		水中運動(月) 14:00～15:00		休館日			
15:00		幼児(月) 15:25～16:25	幼児(火) 15:25～16:25		幼児(木) 15:25～16:25	幼児(金) 15:25～16:25	幼児(土) 15:00～16:00
16:00		ジュニア(月) 16:30～17:35	ジュニア(火) 16:30～17:35		ジュニア(木) 16:30～17:35	ジュニア(金) 16:30～17:35	ジュニア(土)B 16:05～17:10
17:00		ジュニア中級(月) 17:30～18:40	ジュニア中級(火) 17:30～18:40		ジュニア中級(木) 17:30～18:40	ジュニア中級(金) 17:30～18:40	ジュニア中級(土) 17:15～18:25
18:00							選手育成クラス
19:00							選手育成クラス
20:00							

割引制度(重複割引)

▶ 重複割引
受講料30%OFF
(お一人で2コース以上受講される方)
※フリー出席制度のコースは割引対象外となります。
(リトル、選手育成、アクアウォーク)

振替制度(幼児、ジュニア、ジュニア中級、一般)

● 本来の曜日に欠席した授業を他のように振替受講できます。
※振替人数には限りがあり、受入できない場合があります。
あらかじめご了承ください。
※全コース1回目、幼児・ジュニアコースのテスト週(6回目、12回目は認定等のため、振替できません。)

フリー出席制度(リトル・アクアウォーク)

各曜日のクラス制ではなく、開催設定曜日内ならどの曜日でも参加して頂けます。受講予約、欠席連絡も不要です。
お好きな日にお好きな回数受講して頂けます。

- リトル
月・金に開催される教室日程で何回でも受講可能(全24回)
- アクアウォーク
月・火・金に開催される教室日程で何回でも講可能(全36回)

※フリー出席制度のコースは割引制度適用外となります。



申込方法

● 郵便はがきに
①冬休み短期水泳教室または冬季水泳教室
○○コース ②受講者名(ふりがな)
③生年月日 ④学年 ⑤住所 ⑥電話番号
⑦保護者名(18歳未満の方のみ)
上記の項目をご記入の上、はがきにてご応募ください。
※ご家族(夫婦、親子、兄弟姉妹)が受講される場合は1枚のはがきに連記してお申込みください



● 当スポーツセンター事務所でも直接お申込みいただけます。
※申込者多数の場合は抽選になることがあります。あらかじめご了承ください。
※申込者少数の場合は開催を見合わせる場合があります。
● ご来館の際はマスク着用をお願いします。

送り先

〒650-0046 神戸市中央区港島中町6丁目12-1
ポートアイランドスポーツセンター 冬季水泳教室 または 冬休み短期水泳教室 係
※冬休み短期水泳教室、冬季水泳教室は1枚のはがきではお申込みになりませんので、どちらの教室もご希望の場合は2枚に分けて応募頂きますようお願い致します

お問合せ

TEL.078-302-1031 【毎週水曜 休館日】 URL:https://www.kobe-spokyo.jp/psc/
※ポートライナー「市民広場」駅下車西へ徒歩すぐ。 ※当センターには駐車場はございません。

〈表〉	〈裏〉
63 6500046	①冬休み短期水泳教室 または 冬季水泳教室 ○○コース ②受講者名(ふりがな) ③生年月日 ④学年(学生の方のみ) ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦保護者名 (18歳未満の方のみ)