

冬休み短期水泳教室 生徒募集

募集期間 12月1日(金)～9日(土)

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

募集期間 12月1日(金)～9日(土)

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

※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	13,500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。	A 週5回 B 中級の全日程	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	13,500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)	幼児(土)A 11:10～12:10
12:00	ジュニア(日)B 12:05～13:10						
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					
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							
19:00		選手育成クラス			選手育成クラス		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で受講できます。
※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受講可能(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。

体験水泳教室 受付開始 12月14日(木)

各コース体験受講して頂けます。
水泳教室の受講を考えの方にオススメです。
【開催日程】

- リトル 開講1～2回目
- 幼児・ジュニア・ジュニア中級 開講1回目
- 一般・アクアウォーク 開講1～2回目

【受講料金】
施設使用料のみ(大人650円、小人300円)

【申込方法】
お電話での申込または当センター事務所でお申込み頂けます。

【その他】
受講当日は現受講者の方との混合での参加になります。
体験受講は**お一人様1回**の受講となります。

申込方法 ● ホームページからWeb申込

パソコンからホームページにアクセスしていただきお申し込みか、スマートフォンから右のQRコードを読み取って、ホームページにアクセスして、お申込みをお願いいたします。

※抽選がある場合は追ってご連絡いたします。
(申込完了段階ではご受講が確定ではありません。ご注意ください。)

お問合せ TEL.078-302-1031 【毎週水曜 休館日】

URL: <https://www.kobe-spokyo.jp/psc/>

☆お送り頂いた個人情報は教室の申込みに関する業務以外には使用致しません。

※ポートライナー「市民広場」駅下車すぐ
※当センターには駐車場はございません。

