

2023年度 第1期 [2023年4月～6月]

杉並区大宮前体育館大人水泳教室募集のお知らせ



教室名	回数	曜日	時間	対象年齢	料金	定員	募集状況	担当講師
初級クロール	10	火	13:00～13:45	16歳以上	¥14,300	10	募集中	山口
初中級	10		20:00～20:45		¥14,300	10	募集中	福山
初級クロール	12	水	10:00～10:45		¥17,160	10	募集中	山口
はじめてプール	12		12:00～12:45		¥17,160	7	募集中	牧野
中級	12		13:00～13:45		¥17,160	10	募集中	山口

教室内容

教室名	対象者	内容
はじめてプール	泳げない方	泳ぐためにまずは浮くこと、進むことから始めます。その後、泳ぐ基礎をこのプログラムで習得していきましょう！
初級クロール	クロール基礎を習得したい方	クロールの基本の練習を行います。バタ足・手の回し方・息継ぎなしクロール・息継ぎの練習。25mきれいに泳ぎましょう！
初中級	クロール・背泳ぎ・平泳ぎの基礎を習得したい方	クロール・背泳ぎ・平泳ぎの3種目で基礎のポイントレッスンを行います。
中級	平泳ぎ・バタフライの基礎を習得したい方	ウォーミングアップをしながら、平泳ぎ・バタフライの基礎となるキック・ストロークを習得しましょう！



●途中開始申込みの場合は金額が変更となります。

新規募集受付中

有料体験も受付中

【申込方法】 受付にて直接申込み（受付時間：9:00～20:00 休館日を除く）定員になり次第募集は終了といたします

【施設での個人情報の取り扱いについて】

ご記入いただいた個人情報(氏名、電話番号等)は、教室運営に活用させていただき目的以外に利用いたしません。

また、個人情報を第三者に提供することはありません。個人情報は社内ルールに則り、適切に管理いたします。

◆休館日のご案内◆ 4/18(火)・5/16(火)・6/20(火)
毎月第3火曜日（国民の祝日にあたる時はその翌日） 年未年始

杉並区大宮前体育館 ☎ 03-3334-4618

【HP】 <https://information.konamisportsclub.jp/trust/oomiyamae/>