

# 一宮市温水プール 第4期 子ども水泳教室受講案内

1. 教室開催期間 令和4年11月8日（火）～ 令和5年1月19日（木）までの全8回
2. 抽選申込対象者 一宮市内在住・在園・在学の方（年少～小学生） \* 令和5年3月末日までに4歳になる方より  
 \* クラス及び育成クラスのみ中学生も参加できます。  
 \* 抽選結果発表後、定員に空きがある場合は一宮市外の方も受付をします。
3. 抽選申込期間 令和4年10月5日（水）～ 令和4年10月18日（火）
4. 抽選申込方法 抽選申込期間中、申込書に必要事項を記入のうえ、フロントに提出をお願いします。  
 \* 個人（1名）・ペア（2名）・グループ（3名）のいずれかで受付をします。  
 ペア（2名）・グループ（3名）でお申込みの場合は、必ず一緒に申込書を提出してください。  
 \* 受付後の申込クラス・申込方法（個人→グループ等）は変更できません。  
 \* 同一氏名での重複申込はできません。また、当選者ご本人以外の参加はできません。  
 \* 申込内容に偽りが発覚した場合は、参加をお断りする場合がございます。
5. 抽選結果発表 令和4年10月26日（水）12：00～ 当施設ウェブサイトおよび館内掲示にてご案内します。
6. 支払方法 受講料は各教室初日にお支払いください。 \* お支払い後の返金は致しかねますので予めご了承ください。
7. 受講料 **◎各教室 7,000円(税込)／全8回**  
**◎各教室 3,500円(税込)／後半4回**  
 \* 後半4回教室は定員に空きがある場合、11月22日（火）12：00より受付をします。
8. その他
  - ・ 各教室4回目と8回目に進級テストを実施します。  
 4回目にお休みする場合は3回目、8回目にお休みする場合は7回目に進級テストを実施することができますので進級テスト実施日にお休みする場合は、「事前進級テスト申込書」をフロントに提出してください。
  - ・ 教室開催日は変更になる場合がございます。
  - ・ お休みした日の振替はございません。
  - ・ 抽選結果発表後、定員に空きがある場合は「週2回以上」の追加申込を受付します。
  - ・ 現在通院加療中の方は、医師に相談のうえ、お申込みください。

## 《クラス表》

| 曜日  | クラス | 時間          | 練習内容  | 対象  | 定員   |
|-----|-----|-------------|---|---|------|
| 火～金 | A   | 15：20～16：20 | 顔つけ→水中開眼→水中移動→板キック→クロール（20級～13級）                        | ・初心者  | 各60名 |
|     | B   | 16：35～17：35 | 浸顔板キック→クロール→背泳ぎキック→背泳ぎ（16級～10級）                         | ・水中開眼ができる<br>・伏し浮きが3mできる<br>・板キックが5m泳げる     |      |
|     | C   | 17：50～18：50 | クロール→4種目→飛び込みからのタイム測定（9級～ベストスイマー）                       | ・クロールおよび背泳ぎが25m以上泳げる                        |      |
| 火・木 | I   | 19：00～20：00 | タイムアップを目指すコース（4種目を練習）<br>25m～200m飛び込み～タイム測定（4級～ベストスイマー） | ・4種目が25m以上泳げる<br>*バタフライは12.5mでも可            | 各20名 |
| 水   |     |             |   |   | 10名  |
| 金   |     |             |   |   | 30名  |
| 火・木 | 育成  | 19：00～20：15 | タイムアップを目指す育成コース（4種目を練習）<br>50m～200m飛び込み～タイム測定（ベストスイマー）  | ・4種目が50m以上泳げる<br>*シルバードリフティングステージ<br>終了相当取得 | 各10名 |
| 土   | 水慣れ | 11：45～12：45 | 顔つけ→水中開眼→水中移動→板キック5m（20級～17級）                           | ・初心者  | 30名  |
|     | D   | 13：00～14：00 | 顔つけ→水中開眼→水中移動→板キック→クロール（20級～13級）                        | ・初心者  | 各60名 |
|     | E   | 14：15～15：15 |   |   |      |
|     | F   | 15：30～16：30 | 浸顔板キック→クロール→背泳ぎキック→背泳ぎタイム測定（16級～8級）                     | ・水中開眼ができる<br>・伏し浮きが3mできる<br>・板キックが5m泳げる     |      |
|     | G   | 16：45～17：45 |   |   |      |
|     | H   | 18：00～19：00 | クロール→4種目→飛び込みからのタイム測定（9級～ベストスイマー）                       | ・クロールおよび背泳ぎが25m以上泳げる                        |      |
|     | I   | 19：10～20：10 | タイムアップを目指すコース（4種目を練習）<br>25m～200m飛び込み～タイム測定（4級～ベストスイマー） | ・4種目が25m以上泳げる<br>*バタフライは12.5mでも可            |      |
| 日   | 水慣れ | 9：30～10：30  | 顔つけ→水中開眼→水中移動→板キック5m（20級～17級）                           | ・初心者  |      |
|     | J   | 10：45～11：45 | 浸顔板キック→クロール→背泳ぎキック→背泳ぎタイム測定（16級～8級）                     | ・水中開眼ができる<br>・伏し浮きが3mできる<br>・板キックが5m泳げる     | 30名  |



# 一宮市温水プール 第4期 リトル・親子水泳教室受講案内

1. 教室開催期間 【リトル】 令和4年11月8日（火）～ 令和5年1月19日（木）までの全8回  
【親子】 令和4年11月13日（日）～ 令和5年1月15日（日）までの全8回
2. 抽選申込対象者 一宮市内在住もしくは在園の方 \*令和5年3月末日までに3歳になる方より  
\* 抽選結果発表後、定員に空きがある場合は一宮市外の方も受付をします。
3. 抽選申込期間 令和4年10月5日（水）～ 令和4年10月18日（火）
4. 抽選申込方法 抽選申込期間中、申込書に必要事項を記入のうえ、フロントに提出をお願いします。  
\* 個人（1名）・ペア（2名）・グループ（3名）のいずれかで受付をします。  
ペア（2名）・グループ（3名）でお申込みの場合は、必ず一緒に申込書を提出してください。  
\* 受付後の申込クラス・申込方法（個人→グループ等）は変更できません。  
\* 同一氏名での重複申込はできません。また、当選者ご本人以外の参加はできません。  
\* 申込内容に偽りが発覚した場合は、参加をお断りする場合がございます。
5. 抽選結果発表 令和4年10月26日（水）12：00～ 当施設ウェブサイトおよび館内掲示にてご案内します。
6. 支払方法 受講料は各教室初日にお支払いください。\* お支払い後の返金は致しかねますので予めご了承ください。
7. 受講料 ◎各教室 6,000円(税込)／全8回  
◎各教室 3,000円(税込)／後半4回  
\* 後半4回教室は定員に空きがある場合、11月22日（火）12：00より受付をします。  
◎各教室 800円(税込)／1回体験  
\* 1回体験は定員に空きがある場合、お1人様1回限り。前営業日までに要予約。
6. その他
  - ・ 親子教室は進級テストがありません。
  - ・ リトル教室は各教室8回目に進級テストを実施します。  
進級テスト実施日にお休みされる場合は、各教室7回目に進級テストを実施することができますので「事前進級テスト申込書」をフロントに提出してください。
  - ・ リトル教室は抽選結果発表後、定員に空きがある場合は「週2回」の追加申込を受付します。
  - ・ 教室開催日は変更になる場合がございます。
  - ・ お休みした日の振替はございません。
  - ・ 現在通院加療中の方は、医師に相談のうえ、お申込みください。

| 教室名<br>実施時間                   | 定員   | 初日           | 練習内容  | 対象   |
|-------------------------------|------|--------------|---|--|
| リトル<br>(火曜・木曜)<br>10：10～11：10 | 各12名 | 11/8<br>(火)  | 遊びを通じて水慣れをしていきます。<br>ご家族の方と離れて<br>友達やコーチと楽しく練習します。  | 2歳以上の未就園児<br>*おむつがとれているお子様                                     |
|                               |      | 11/10<br>(木) | (歩く→浮く→顔つけ→水中移動)  |  |
| 親子<br>12：00～13：00             | 20組  | 11/13<br>(日) | 親子でスキンシップを楽しみながら<br>水慣れをしていきます。<br>お母さんやお父さんにサポートして<br>もらいながら、顔付けやバタ足などが<br>できるように練習していきます。 | 2歳以上の未就学児<br>*おむつがとれているお子様<br>とその保護者<br><br>お子様1名に対して<br>保護者1名 |



## 一宮市温水プール 第4期 大人水泳教室受講案内

- ★ 開催期間 令和4年1月8日(火)～令和5年1月19日(木)までの全8回
- ★ 申込受付 令和4年10月19日(水)9:45～
- ★ 申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ、フロントにて受講料を添えてお申込みください。
- ★ 応募資格 16歳以上 ※シニア教室は60歳以上 (但し、60歳未満の方でも相談により申込可)
- ★ 受講料 ◎各教室 5,500円(税込)/全8回 \*シニア教室は 3,000円(税込)/全8回 (1回30分)  
◎各教室 3,000円(税込)/前半もしくは後半4回  
\*8回教室は2回まで、4回教室は1回まで、第4期大人水泳教室内で振替ができます。  
◎各教室 800円(税込)/1回体験  
\*1回体験は定員に空きがある場合、お1人様1回限り。前営業日までに要予約。
- ★ その他
- ・ 教室開催日は変更になる場合がございます。
  - ・ 申込み後のクラス変更・返金は致しかねますので予めご了承ください。
  - ・ 申込人数に応じて、コーチの人数やコースの振分を調整させていただきます。
  - ・ 教室実施時間には準備運動も含まれます。

| 曜日  | 教室          | 対象        | 教室実施時間      | 初日           | 定員  | 受付                     |
|-----|-------------|-----------|-------------|--------------|-----|------------------------|
| 火曜日 | ① 初心者       | 16歳以上     | 10:10～11:10 | 11/8         | 10名 | 10月19日<br>(水)<br>9:45～ |
|     | ② 中上級       | 16歳以上     | 11:25～12:25 | (火)          | 20名 |                        |
| 水曜日 | ③ 初級～上級     | 16歳以上     | 10:10～11:10 | 11/9<br>(水)  | 30名 |                        |
|     | ④ 初級～上級(女性) | 16歳以上の女性  | 11:25～12:25 |              | 30名 |                        |
|     | ⑤ フィンスイム    | 16歳以上     | 13:00～14:00 |              | 10名 |                        |
|     | ⑥ シニア       | 60歳以上※応相談 | 14:00～14:30 |              | 10名 |                        |
|     | ⑦ 初級～上級     | 16歳以上     | 19:00～20:00 |              | 20名 |                        |
| 木曜日 | ⑧ 初心者       | 16歳以上     | 10:10～11:10 | 11/10<br>(木) | 10名 |                        |
|     | ⑨ 中上級       | 16歳以上     | 11:25～12:25 |              | 20名 |                        |
|     | ⑩ 初中級       | 16歳以上     | 13:00～14:00 |              | 20名 |                        |
| 金曜日 | ⑪ 初級～上級     | 16歳以上     | 10:10～11:10 | 11/11<br>(金) | 30名 |                        |
|     | ⑫ 初級～上級     | 16歳以上     | 13:00～14:00 |              | 30名 |                        |
|     | ⑬ シニア       | 60歳以上※応相談 | 14:00～14:30 |              | 10名 |                        |

- ★ 受講上の注意
- ・ 現在通院加療中の方は、医師に相談のうえ、お申込みください。
  - ・ プール内でメガネを必要とされる方は受講できません。
  - ・ 妊娠されている方は受講をご遠慮ください。

一宮市温水プール TEL 0586-77-4727  
<https://information.konamisportsclub.jp/trust/ichinomiya/>



きりとり

■ 一宮市温水プール 令和4年度 第4期 大人水泳教室受講申込書 ■

|  |               |               |                 |              |               |               |                 |               |               |               |                 |                 |               |
|--|---------------|---------------|-----------------|--------------|---------------|---------------|-----------------|---------------|---------------|---------------|-----------------|-----------------|---------------|
| ふりがな   |               |               |                 |              |               |               |                 |               |               |               |                 | 性別              | 男・女           |
| 氏名   |               |               |                 |              |               |               |                 |               |               |               |                 |                 |               |
| 生年月日   | 昭和/平成         | 年             | 月               | 日            |               |               |                 |               |               | 年齢            | 歳               |                 |               |
| 郵便番号   | 〒             | -             |                 |              |               | 自宅電話番号        | ( )             | -             |               |               |                 |                 |               |
| 住所   |               |               |                 |              |               |               |                 |               |               |               | 現在のコース          |                 |               |
|  |               |               |                 |              |               |               |                 |               |               |               | 1コース            | 2コース            | 3コース          |
| 緊急連絡先  | ( )           | -             | 続柄:             |              |               | 携帯番号          | ( )             | -             |               |               |                 |                 |               |
| 受講クラス<br>○印で囲んでください  | ①             | ②             | ③               | ④            | ⑤             | ⑥             | ⑦               | ⑧             | ⑨             | ⑩             | ⑪               | ⑫               | ⑬             |
|  | 火10:10<br>初心者 | 火11:25<br>中上級 | 水10:10<br>初級～上級 | 水11:25<br>女性 | 水13:00<br>フィン | 水14:00<br>シニア | 水19:00<br>初級～上級 | 木10:10<br>初心者 | 木11:25<br>中上級 | 木13:00<br>初中級 | 金10:10<br>初級～上級 | 金13:00<br>初級～上級 | 金14:00<br>シニア |
| 誓約書<br>本施設の利用に耐え得る健康状態であることを申告し、私の責任において本施設を利用します。また、本施設の定める諸規則・ルールを遵守し、本施設スタッフの指示に従うことを誓約します。 |               |               |                 |              |               |               |                 |               |               | 領収印           |                 |                 |               |
| 署名   |               |               |                 |              |               |               |                 |               |               |               |                 |                 |               |

【個人情報保護について】

記載いただいた個人情報については、本施設の利用に関すること以外には使用致しません。また、お客様のご承諾なく第三者に提供・開示致しません。