

第2期水泳教室

受講料
全8回 4,400円

アクアビクス
10:00~11:00
①(水)・②(木)・③(金)

音楽に合わせて体を動かす有酸素運動です。
運動を始めたい方や運動初心者向けの易しい教室です。
大きな動きや素早い動きを取り入れ、運動不足解消や
シェイプアップにも効果があります。

定員
各30人

楽しく♪ レッツ・エクササイズ!

成人(昼の部)水泳
14:00~15:00

成人(夜の部)水泳
19:00~20:00

④(水)⑤(木)⑥(金)教室コース

定員
各20人

⑧(水)選択コース
⑦(月)⑨(木)教室コース

※**選択コース**とは、指導を受けたり、泳ぎこみやタイム測定、目的に合わせて毎回選択できるコースです。各種大会に向け競技力の向上を目指す方にもお勧めです。
※**教室コース**とは、初めて泳ぎを習う方から4泳法習得を目指す方まで、泳力に合わせて身体に負

駐車場のご案内

◆サンサンデッキ下をご利用ください。(有料)

	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回
月曜日	11/2	11/9	11/16	11/30	12/7	12/14	12/21	1/18
水曜日	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	1/13
木曜日	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17	1/14
金曜日	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18	1/15

応募方法

随時募集

お問合せ 058-294-7294

- 申込票を切り取り、必要事項を記入してください。
- 直接、長良川スイミングプラザにお持ちいただくか、官製はがきに貼付け、下記住所へご郵送ください。

〒502-0817 岐阜市長良福光大野2675-28
長良川スイミングプラザ

※新型コロナウイルス感染防止対策により、中止または変更となる場合がございます。

- 定員になり次第、締め切らせていただきます。
- お申込み時に受講が確定されますので、開始日までにこちらからの事前案内(掲示)等は行ないません。
- 受講料：各教室開催初日に徴収させていただきます。(開始時間の30分前に長良川スイミングプラザロビーにて行います。更衣室入場は15分前からとなります。)

※当日、必ず印鑑と受講料4,400円をお持ちください。

- ★お願い★ お一人様1教室につき申込票1枚のお申込とし、同一の教室に複数人での申込みや、1枚の申込票で複数の教室を申込まれた場合は無効となります。お一人様で複数の教室をご希望の方は、申込票も複数枚ご提出ください。

大人

メモリアルセンター・スイミングプラザ
*** 第2期 水泳教室 申込票 ***

教室名	御希望の曜日に○をつけてください。 月・水・木・金							
	教室№に○をつけてください。 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9.							
生年月日	S・H	年	月	日	才			
ふりがな								男・女
氏名								
住所	〒							
電話番号	— —							
●泳力についてご質問いたします● 当てはまる項目に○をつけてください。								
A. 水が怖くない								
B. 顔を付けることができる								
C. クロールができる								
D. 背泳ぎができる								
E. 平泳ぎができる								
F. バタフライができる								
G. どれも当てはまらない								

前期の受講を								
A. していた								
B. していないがしたことはある								
C. 今回が初めて								

切り取ってください。