

平成21年度 スポーツ教室開催

遊水館

| 教室名 | 期 | 期間 | 曜日 | 時間 | 回数 | 対象 | 定員 | 費用 | 内容 | |
|----------------------|---|--------------|-------------|-------------|-----|-------------------|------|--------------------|---|--|
| 小学生教室 火曜 | 春 | 4月7日～6月16日 | 火 | 17:30～18:30 | 10回 | 小学生 | 各30名 | 参加料 3,000円 入場料別 | 水慣れから初級クロールまで泳力別に指導します。 | |
| | 秋 | 9月8日～12月15日 | | | 12回 | | 20名 | | | |
| | 冬 | 1月19日～3月16日 | | | 9回 | | | | | |
| 小学生教室 水曜 | 春 | 4月8日～6月24日 | 水 | 17:30～18:30 | 10回 | 小学生 | 各30名 | 参加料 3,000円 入場料別 | | |
| | 秋 | 9月30日～12月16日 | | | 12回 | | 20名 | | | |
| | 冬 | 1月13日～3月10日 | | | 9回 | | | | | |
| 小学生教室 木曜 | 春 | 4月9日～6月11日 | 木 | 17:30～18:30 | 10回 | 小学生 | 各30名 | 参加料 3,000円 入場料別 | | |
| | 秋 | 10月1日～12月17日 | | | 12回 | | 20名 | | | |
| | 冬 | 1月14日～3月18日 | | | 9回 | | | | | |
| 小学生教室 金曜 | 春 | 4月10日～6月12日 | 金 | 17:30～18:30 | 10回 | 小学生 | 各30名 | 参加料 3,000円 入場料別 | | |
| | 秋 | 10月2日～12月18日 | | | 12回 | | 20名 | | | |
| | 冬 | 1月15日～3月12日 | | | 9回 | | | | | |
| クロール&背泳ぎ (初級) | 春 | 4月7日～6月16日 | 火 | 11:30～12:30 | 10回 | 15歳以上 (中学生を除く) | 各15名 | 参加料 2,000円 入場料別 | クロールと背泳ぎの基本動作習得を目指します。 | |
| | 秋 | 10月1日～12月17日 | 木 | 12:30～13:30 | 12回 | | | | | |
| | 冬 | 1月16日～3月13日 | 土 | 12:30～13:30 | 9回 | | | | | |
| ナイトクロール&背泳ぎ (初級) | 春 | 4月7日～6月16日 | 火 | 19:30～20:30 | 10回 | 15歳以上 (中学生を除く) | 各15名 | 参加料 2,000円 入場料別 | | |
| | 秋 | 10月1日～12月17日 | 木 | 12:30～13:30 | 12回 | | | | | |
| | 冬 | 1月16日～3月13日 | 土 | 12:30～13:30 | 9回 | | | | | |
| 平泳ぎ&バタフライ (中級) | 春 | 4月9日～6月11日 | 金 | 11:30～12:30 | 10回 | 15歳以上 (中学生を除く) | 各15名 | 参加料 2,000円 入場料別 | | 平泳ぎ、バタフライの基礎を身につけ25M完泳を目指します。 |
| | 秋 | 10月2日～12月18日 | | | 12回 | | | | | |
| | 冬 | 1月15日～3月12日 | | | 9回 | | | | | |
| ナイト平泳ぎ&バタフライ (中級) | 春 | 4月9日～6月11日 | 木 | 19:30～20:30 | 10回 | 15歳以上 (中学生を除く) | 各15名 | 参加料 2,000円 入場料別 | | |
| | 秋 | 10月3日～12月19日 | 土 | 12:30～13:30 | 12回 | | | | | |
| | 冬 | 1月15日～3月12日 | 9回 | | | | | | | |
| 泳力アップ (上級) | 春 | 4月10日～6月12日 | 金 | 11:30～12:30 | 10回 | 15歳以上 (中学生を除く) | 各30名 | 参加料 2,000円 入場料別 | クロールを中心としたメニューで、体力強化をしながら1000m～1500mの練習を行います。 | |
| | 秋 | 9月8日～12月15日 | 火 | | 12回 | | | | | |
| | 冬 | 1月14日～3月18日 | 木 | | 9回 | | | | | |
| ナイト泳力アップ (上級) | 春 | 4月11日～6月13日 | 土 | 19:30～20:30 | 10回 | 15歳以上 (中学生を除く) | 各15名 | 参加料 2,000円 入場料別 | | |
| | 秋 | 9月8日～12月15日 | 火 | | 12回 | | | | | |
| | 冬 | 1月16日～3月13日 | 土 | | 9回 | | | | | |
| アクアエクササイズ | 春 | 4月8日～6月24日 | 水 | 11:30～12:30 | 10回 | 15歳以上 (中学生を除く) | 各40名 | 参加料 3,000円 入場料別 | | 水中での健康づくりとフィットネス。音楽に合わせて楽しく体を動かして運動不足解消。 |
| | 秋 | 9月30日～12月16日 | | | 12回 | | | | | |
| | 冬 | 1月13日～3月10日 | | | 9回 | | | | | |
| 幼児教室 水曜 | 春 | 4月8日～6月24日 | 水 | 16:30～17:30 | 10回 | 年中児および 年長児 | 各20名 | 参加料 2,000円 入場料別 | | |
| | 秋 | 9月30日～12月16日 | | | 12回 | | 15名 | | | |
| | 冬 | 1月13日～3月10日 | | | 9回 | | | | | |
| 幼児教室 金曜 | 春 | 4月10日～6月12日 | 金 | 16:30～17:30 | 10回 | 年中児および 年長児 | 各20名 | 参加料 2,000円 入場料別 | | |
| | 秋 | 10月2日～12月18日 | | | 12回 | | 15名 | | | |
| | 冬 | 1月15日～3月12日 | | | 9回 | | | | | |
| 幼児水泳 | | 6月17日～9月25日 | | 9:45～10:30 | 50回 | 年中児および 年長児 | 30名 | 1人1回500円 | 顔付け・水慣れ・水遊び等を通して、健全な発育発達を促すとともに、水の事故から身を守る術を身に付けます。 | |
| | | | 10:45～11:30 | | | | | | | |