



1. 目的
2. 主催
3. 主管
4. 内容
5. 指導者
6. 開設期間
7. 申込日

体力づくりと、体を動かす楽しさを実感することを目的とします。
 公益財団法人島根県体育協会
 島根県立水泳プール
 下記教室一覧のとおり
 県立水泳プール職員・県立水泳プール委嘱講師
 令和3年12月中旬～令和3年3月中旬 ※詳細は別紙日程表をご確認ください

申込抽選会を開催します

開催日
11/28(日)

受付時間

9:45～10:00	キッズスイム
10:45～11:00	ジュニアスイム
11:45～12:00	アーティスティック
	トランポリン
	ジュニアダンス

注意

定員を超えた場合は抽選を行いますので、左記時間内に必ず受付を行ってください。受付をしていない方は抽選には参加できません。なお、抽選後のキャンセルはご遠慮ください。

- 抽選会の会場には、**抽選をされる方お一人のみ入場できます**。複数人で抽選会場へご入場はできませんのでご注意ください。
 - お子様お一人につき**1つの教室のみ**抽選の申込みをすることができます。
- ただし、抽選会終了後に定員の空きがある場合は、2つ目以降の教室へ申込みすることができます。

8. 申込方法
9. 保険
10. その他

所定の用紙に必要事項を記入して、参加料と一緒に直接 島根県立水泳プール でお申し込みください。
 別にスポーツ安全保険(800円)に加入していただけます。ただし、今年度、県立水泳プール・県立武道館・県立石見武道館・県立サッカー場においてスポーツ安全保険にご加入の方は、必要ありません。

1) 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、これまでと異なる点がございますのでご注意ください。

- 教室開始後であっても、新型コロナウイルス感染症の影響で中止する可能性があります。
- 入水時とプールサイド以外では必ずマスクを着用し、できる限り接近しての会話はご遠慮ください。
 なお、会議室での教室時はマスクを着用してください。
- 別紙「教室参加に関する留意事項」を遵守してください。
- 2つ目以降の参加料は割引制度により **2,400円** となります。
 ただし、2つ目以降の教室は、抽選会終了後に定員の空きがある場合のみ申込みすることができます。

- 2) 実施回数は10回を予定していますが、天候不良等で休みとなった回の振替が出来なかった場合、中止となった教室分の返金はできません。
- 3) 教室開始後、20分を過ぎてからの参加はできませんのでご注意ください。
- 4) 抽選後のキャンセルは、ご遠慮ください。
- 5) 参加者の少ない教室は、中止する場合があります。
- 6) 教室開始後の参加料の返金はできません。
- 7) 教室に関する詳細は右記までお問合せ下さい。

【お問い合わせ先】
 島根県立水泳プール
 〒690-0015 松江市上乃木10-4-2 TEL (0852) 26 - 4583

教室名	曜日	時間	回数	対象	定員	会場	参加料	内容		
キッズスイム	火曜	火 15:30～16:30	10回	未就学の幼児(4歳以上)	15名	25Mプール	3,000円 2つ目以降の教室(2,400円)	水遊びを通して水に対する興味を引き出していきます。そして、水なれから水泳の初歩の習得を目指します。 【目標】けのびができるようになるう!		
	木曜	木 15:30～16:30	10回		15名					
	土曜	土 10:00～11:00	10回		15名					
ジュニアスイム	初級	火 16:30～17:30	10回	小学生	15名			25Mプール	3,000円 2つ目以降の教室(2,400円)	水遊びを通して水に対する興味を引き出していきます。そして、水なれからクロールの初歩の習得を目指します。また、育ち盛りの体の基礎体力を作るとともに、協調性や積極性、自主性を養っていきます。 【目標】息継ぎをして25m泳げるようになるう!
		土 11:00～12:00	10回		15名					
	中級	土 14:00～15:00	10回		20名					レベルに合わせてクラス分けをし指導を行います。より長く楽しく泳ぐ方法を学び、各種泳法の習得を目指します。また、育ち盛りの体の基礎体力を作るとともに、協調性や積極性、自主性を養っていきます。 【目標】100m泳げるようになるう!
	上級	土 15:00～16:00	10回		20名					4泳法の確実なレベルアップを目指します。また、丈夫で強い体作りとともに、協調性や積極性、自主性を養っていきます。【目標】個人メドレーで200mが泳げるようになるう!
はじめてのアーティスティックスイミング	土	13:00～14:00	10回	幼児・児童(15m以上の泳力必要)	15名	25Mプール	3,000円 2つ目以降の教室(2,400円)	アーティスティックスイミング競技の基本動作・技術の習得を目指します。最初は、水に浮くことから始め、泳ぎの練習や、音楽に合わせて泳ぐリズム水泳を通して、楽しくアーティスティックをはじめます。プールが大好きな子あつまれ!		
トランポリン	初級	土 13:00～14:00	10回	小学生	10名	トランポリン室		トランポリンやマット運動等によりバランス感覚や平衡感覚を養うとともに、基礎体力の向上を図り、総合的な運動能力を高めます。また協調性や積極性、自主性を養っていきます。		
	中・上級	土 14:00～15:00	10回		10名					
ジュニアダンス基礎	水	16:30～17:30	10回	小学生	12名	会議室		ストレッチ、アイソレーション(体の各部分を単独で動かすトレーニング)、リズムトレーニングを主にを行います。リズム感を鍛えて楽しくダンスしてみませんか?		