

スポーツ教室(3次)

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スポーツ協会
 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4年12月中旬～令和5年3月中旬 ※詳細は裏面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

11/20(日)

受付時間

- 8:45～9:00 キッズスイム
- 9:45～10:00 ジュニアスイム初級
- 10:45～11:00 ジュニアスイム中級・上級
- 11:45～12:00 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

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)に加入していただきます。ただし、今年度、県立水泳プール・県立武道館・県立体育館・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。

10. その他

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。なお、保険料については、申込後のご返金はできませんのでご注意ください。
- 7) 【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	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	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！
		木 16:30～17:30	10回		15名			
	中級	土 11:00～12:00	10回		15名			
		土 14:00～15:00	10回		20名			
上級	土 15:00～16:00	10回	20名					
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		2つ目以降の教室(2,400円)	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！
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	3,000円	4泳法の確実なレベルアップを目指します。また、丈夫で強い体づくりとともに、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！
	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	17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？