

大人水泳短期教室のご案内

12月大人水泳短期教室になります。ぜひご参加ください！

教室名	開催日	時間	定員	内容
A ゆっくり楽に泳ぐバタフライ	12月2日(月) 9日(月)	11:00~12:00 (全2回)	10名	1日目 ドリル練習(潜る→浮き上がる等) 2日目 スイム練習
B ゆっくり楽に泳ぐ平泳ぎ	12月5日(木) 12日(木)	11:00~12:00 (全2回)	10名	1日目 キックを中心に練習 2日目 プルとスイムの練習
C 背泳ぎ入門編	12月6日(金)	11:00~12:00 (全1回)	10名	背泳ぎの基礎練習をします
D クロール入門編	12月13日(金) 20日(金)	11:00~12:00 (全2回)	10名	1日目 クロールの基礎 2日目 呼吸の練習
E チャレンジスイム	12月26日(木)	11:00~12:00 (全1回)	10名	25mを1時間で何本泳げるか挑戦してみましょ！泳法は何でもOK

【申込期間】

<受付窓口> 2024年11月19日(火)9時~

<FAX> 2024年11月21日(木)9時~

※参加者が4名に達しない場合は中止することがあります。

※定員に空きがあれば、当日参加することが出来ます。

レッスン当日に1階受付にてお問合せください。

A 11月28日(木)まで

B 12月1日(日)まで

C 12月2日(月)まで

D 12月9日(月)まで

E 12月22日(日)まで

【受講料】

A・B・D教室 2,000円 (教室初日に納入)

C・E教室 1,000円 (教室当日に納入)

※納入された受講料は自己都合での返金はできません。

※プールをご利用の場合は別途利用料が必要です。

(先着順)



【対象者】

義務教育修了以上の方

【申込方法】

受付窓口 又は FAX(079-272-5613)で、下記の申込書に必要事項をご記入の上、持参あるいはFAXにて送信をお願いいたします。

※受付窓口での申込手続きはご本人様、又はご家族に限ります。

※FAXでお申込みの方は必ずFAX番号をご記入ください。(受付完了のFAXを返信します)

初めての参加者にはリフレ・チョーサ オリジナルスイミングキャップをプレゼント！

〒671-1236 姫路市網干区網干浜4-1 TEL: 079-272-5601
姫路市立網干健康増進センター FAX: 079-272-5613
休館日: 水曜日(祝日の場合、翌平日) 年末年始: 12/29~1/3

大人水泳短期教室	希望教室	A ・ B ・ C ・ D ・ E	受付No. 受付日	担当: /
フリガナ		性別	電話番号	
氏名		男 ・ 女		
住所	〒 -	年齢	FAX	