

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 入門	12月10日(火) 17日(火)	19:00~20:00 (全2回)	10名	クロールの基礎を練習します
b ゆっくり楽に 長距離	12月12日(木)	12:30~13:30 (全1回)	10名	得意な泳法で長く泳げるコツを伝授します
c 上級 クロール	12月13日(金) 20日(金)	18:30~19:30 (全2回)	10名	12月27日の煩惱スイム(上級)に向けて、 クロールを中心に4泳法の練習をします
d 初級~中級 クロール	12月16日(月)	19:00~20:00 (全1回)	10名	12月23日の煩惱スイム(初級)に向けて クロールの練習をします
e スピード練習	12月19日(木)	11:00~12:00 (全1回)	10名	泳ぐ速さを少し上げてタイム短縮に チャレンジしましょう

【申込期間】

<受付窓口> 2024年11月26日(火)9時~

<FAX> 2024年11月28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 12月6日(金)まで

B 12月8日(日)まで

C 12月9日(月)まで

D 12月12日(木)まで

E 12月15日(日)まで

【受講料】

a・c教室 2,000円 (教室初日に納入)

b・d・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)

※複数の教室に参加を希望される場合は、希望教室の数だけ申込用紙をご用意ください。

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