

令和7年度  
2期

# 水泳教室受講生募集

| 開催日   |      |     |     |    |    |     |
|-------|------|-----|-----|----|----|-----|
| コース   | 1    | 2   | 3   | 4  | 5  | 6   |
| 月曜コース | 5/26 | 6/2 | 9   | 16 | 23 | 30  |
| 水曜コース | 5/28 | 6/4 | 11  | 18 | 25 | 7/2 |
| 木曜コース | 5/29 | 6/5 | 12  | 19 | 26 | 7/3 |
| 金曜コース | 5/23 | 30  | 6/6 | 13 | 27 | 7/4 |

**注意**

スイムアドバイス

受付開始日が  
他の教室受付開始  
より前になっています。  
ご注意ください!

◆受講料

60分・全6回…3,500円

(入場料込)

水曜・木曜・金曜 ナイトレッスン 45分・全6回…2,800円 ※券売機で購入

スイムアドバイス・体験受講 1回…720円 ※スイムアドバイス・体験受講は事前申込・当日入金

◆対象

中学生以上の方

◆申込方法

申込期間中に本人が来館 ※申込後の変更・受講料の返金は出来ません。

お申込みいただいたお客様の個人情報は教室運営のために利用し、他の目的には利用しません。

必要な個人情報の提供や同意をしていただけない場合は、受付できないことがあります。

申込初日は8:40～東側玄関より入館できます。南側玄関は9:00～入館できます。

《受付時間》 平日9:00～21:00 土日祝9:00～19:00 ※火曜日は休館

申込開始

**5月7日(水)9:00～受付を開始します!**

スイムアドバイス受付 5月1日(木)～

★窓口には8:40以降にお並びください

※窓口申込は9:00開始 ※電話申込は13:00開始 初日申込された方は、後日窓口にてご確認ください

|             | 月                                                                                                |                                       | 水                                                        |                               | 木                                 |                                     | 金                              |                                   |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
|             | 25m                                                                                              | 50m                                   | 25m                                                      | 50m                           | 25m                               | 50m                                 | 25m                            | 50m                               |
| 9:30～10:30  | 腰痛予防<br>【12名】<br>(三木)                                                                            | らくらく<br>スイミング<br>【10名】(森)<br>☆7レーン    | スイムアドバイス<br>各曜日最大4回参加可能<br>残り2回はキャンセル待ちで<br>予約することができます！ |                               | スイム・<br>ウォーキング<br>【10名】<br>(三木)   | 中級3泳法<br>【10名】(藤井)<br>☆8レーン         | エンジョイ<br>スイミング<br>【8名】<br>(竹本) | のんびり<br>4泳法<br>【10名】(藤井)<br>☆8レーン |
|             |                                                                                                  | ステップアップ<br>【7名】(築田)<br>☆8レーン          |                                                          |                               |                                   |                                     |                                |                                   |
| 10:30～11:30 | エンジョイ<br>スイミング<br>【8名】<br>(三木)                                                                   | チャレンジ<br>コース<br>【12名】(築田)<br>☆7レーン    | スイム<br>アドバイス<br>予約制<br>【最大6名】<br>(森)                     | WELCOME                       | スイム<br>レッスン<br>【7名】<br>(三木)       | らくらく<br>スイミング<br>【10名】(藤井)<br>☆8レーン | 腰痛予防<br>【10名】<br>(竹本)          | きれいに<br>3泳法<br>【10名】(藤井)<br>☆8レーン |
|             |                                                                                                  | 平泳ぎ・<br>バタフライコース<br>【10名】(森)<br>☆8レーン |                                                          |                               |                                   |                                     |                                |                                   |
|             |                                                                                                  | 予約制レッスン<br>1回1時間720円                  |                                                          |                               |                                   | 歩行&泳ぎ新規大歓迎                          |                                |                                   |
| 13:30～14:30 | シェイプアップ<br>ウォーキング<br>【12名】<br>(竹本)                                                               |                                       | いきいき水中<br>ウォーキング<br>【20名】<br>(陶山)                        |                               | 初心者歓迎                             |                                     | スイムレッスン<br>【7名】(築田)            |                                   |
| 14:30～15:30 | スイムレッスン<br>【7名】(竹本)                                                                              |                                       | はつらつ<br>スイミング<br>【7名】(藤井)<br>☆8レーン                       | ヘルシー<br>水中歩行<br>【15名】<br>(陶山) |                                   | スイムアドバイス<br>予約制<br>【最大6名】<br>(築田)   |                                |                                   |
| 19:30～20:15 | 体験受講できます！<br>定員に満たないクラスまたは<br>定員に達しているクラスでも、<br>当日欠席がいる場合は受講できます。<br>1回720円(入場料込)<br>※事前にご相談ください |                                       | ナイトレッスンA<br>※45分<br>【8名】(築田)<br>☆8レーン                    | ナイトレッスンA<br>※45分<br>【8名】(森)   |                                   | ナイトレッスンA<br>※45分<br>【8名】(黒江)        |                                |                                   |
| 20:15～21:00 |                                                                                                  |                                       | ナイトレッスンB<br>※45分<br>【8名】(築田)<br>☆8レーン                    | ナイトレッスンB<br>※45分<br>【8名】(森)   | 担当指導員が一部変更になる場合が<br>あります。ご了承ください。 |                                     |                                |                                   |

◆申込・問合せ先◆

公益財団法人倉敷市スポーツ振興協会

**倉敷市屋内水泳センター**

【住 所】 倉敷市新田2458(倉敷市役所東隣)

【TEL】 (086) 424-9192(代表)・9344(教室専用)



【HP】 倉敷スポーツナビ

QRコード

【名】は定員 ( )は教室担当指導員 ☆は使用するレーン(場所)



ライン登録をお願いします



5/21(水)アクアズンパ開催

詳しくは裏面をご覧ください

