

2018年度 王仁公園プール水泳教室 要項

■ 水中ウォーキング教室
 (流水プールを使用)
 高齢者や泳ぎが苦手な方でもOK。
 水の浮力を利用して、ダイエットや腰痛、膝痛などのリハビリなどに最適です。流水プールならではの、水の流れを利用することで、より効果を高めます。
 期間：8月27日(月)～8月31日(金) 全5回
 時間：8:45～9:45 (60分)
 料金：3,240円(消費税8% 240円含む) 5回/1期
 定員：30名
 対象：成人一般、高齢者
 内容：○ 出席点呼・準備体操 (10分)
 ○ 水中運動&水中ウォーキング (40分)
 ○ 整理運動 (10分)

■ 幼児水泳教室
 (幼児プールを使用)
 幼児(4歳～6歳)を対象とし、水遊びを中心に楽しく水慣れをしていくので、水の苦手なお子さまに最適です。
 期間：7月23日(月)～7月26日(木) 全4回
 時間：8:45～9:45 (60分)
 料金：4,320円(消費税8% 320円含む) 4回/1期
 定員：30名
 対象：4歳～6歳

■ 小学生低学年水泳教室
 (泳力に合わせて、幼児・造波・流水・50mプールを使用)
 小学1年・2年3年生を対象とし、泳力別に編成を行い楽しく練習しますので、水の苦手なお子さまから、泳法を習得されたいお子さままで幅広いニーズにお応えします。
 期間：7月30日(月)～8月3日(木) 全4回
 時間：8:45～9:45 (60分)
 料金：4,320円(消費税8% 320円含む) 4回/1期
 定員：30名
 対象：小学1年生～3年生

■ 小中高生強化練習会
 (50mプールを使用)
 オリンピックを目指している全国大会で活躍する小学生選手や中学・高校生選手の練習を間近に見ながら、上級公認コーチの指導を受講できる強化練習です。
 期間：①8月7日・8日(2日間)(講師)上級公認コーチ 志波豊
 ②8月17日・20日(2日間)(講師)上級公認コーチ 竹川浩二
 ※①②両方も可
 時間：7:45～9:15 (90分)
 料金：4,320円(消費税8% 320円含む) 4回/1期
 定員：20名
 対象：●小学4年生～高校生
 ●枚方市在住、在学、所属に限る
 ●日本水泳連盟資格級5級以上を取得するもの
 ●1時間で3,000m以上の練習に耐えるもの。

■ 着衣水泳体験(水の事故をなくそう!)
 水に接することが増えるこの季節、水の危険性や特性を知り、水の事故から身を守る方法を学び、体験してもらいます。
 期日：6月24日(日)
 時間：8:45～9:45 (60分)
 料金：無料
 定員：30組(広報ひらかたに広告掲載)
 対象：小学生とその保護者

日	月	火	水	木	金	土
6/24	6/25	6/26	6/27	6/28	6/29	6/30
着衣水泳						
7/1	7/2	7/3	7/4	7/5	7/6	7/7
7/8	7/9	7/10	7/11	7/12	7/13	7/14 ★無料日★
7/15	7/16 海の日	7/17	7/18	7/19	7/20	7/21
7/22	7/23	7/24	7/25	7/26	7/27	7/28
	幼児水泳教室					
	水泳協会	学童水泳教室				
7/29	7/30	7/31	8/1	8/2	8/3	8/4
	小学生低学年	水泳教室				
8/5	8/6	8/7	8/8	8/9	8/10 山の日	8/11
		小中高強化練習会(志波)				
8/12	8/13	8/14	8/15	8/16	8/17	8/18
					小中高強化	
8/19	8/20	8/21	8/22	8/23	8/24	8/25
	小中高強化	学童記録会				
8/26	8/27	8/28	8/29	8/30	8/31	9/1
	水中ウォーキング教室					特別営業
9/2	市民水泳大会					

コース貸 期間 8/27(月)～8/31(金)
 ※8月広報に掲載依頼