

# NPO法人盛岡市水泳協会主催 盛岡スイミングスクール

## 令和5年度 第3期 学童コース

### 会場 盛岡市立総合プール

# 受講者募集!

## 【学童コース 日程】

(各コース 定員70名 ※1~6年生土曜Cコースの定員は『30名』となります。)

コース	曜日	時間	指導内容	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
火曜コース	9,900円	16:30~ 17:30	初心者~ クロール・ 背泳ぎ	1/9	1/15 ※	1/23	1/30	2/6	2/13	2/19 ※	2/27	3/5	3/12	3/18 ※
水曜コース	9,900円	17:00~ 18:00	初心者~ 4種目	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13	3/20
木曜コース	9,900円	16:30~ 17:30	初心者~ クロール・ 背泳ぎ	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	2/29	3/7	3/14	3/21
金曜コース	9,900円	17:00~ 18:00	初心者~ 4種目	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	2/23	3/1	3/8	3/15	3/22
土曜Cコース	9,000円	10:00~ 11:00	初心者~ クロール・ 背泳ぎ	1/6	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/2	3/9	3/16	3/23	
土曜Aコース	9,000円	14:30~ 15:30	初心者~ 4種目	1/6	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	3/2	3/9	3/16	3/23	
土曜Bコース	9,000円	15:30~ 16:30												

※2 毎月第3火曜日は総合プール休館日のため前日の月曜日に実施いたします

## 《新規・継続受講受付について》

受付場所：盛岡市総合プール ロビー特設受付デスク

途中入会：残り回数で受講料が変わります。

空き状況はHP、お電話、Lineでお問い合わせください。

継続受付は12月12日(火)以降 新規受付は17日(日)以降第2期各教室開始45分前から教室終了時間まで受付を行います。

<b>新規 特設 受付日</b> <small>※大会等により変更になる 場合がございます</small>	・12月17日(日) 10:00~12:00 ・12月24日(日) 10:00~12:00	ご入会時に必要なもの ・各コース受講料 ・ご印鑑 ・水着、帽子代 (総合プール売店でお求めくだ さい。)	指定水着・水泳帽 ・水泳帽 700円 ・男子水着 2,800円 ・女子水着 3,900円 ・女子水着 4,000円 ※(S/M/Lサイズ)
	※上記時間以外の受付をご希望の方は下記電話番号ま たは、公式LINEへお問い合わせください。 ※日程変更により受講料が変更になる場合もございま		

# からだづくりに 冬こそ水泳

冬の水泳は体づくりに最適!!

・体温より『水温』が低いため、からだは体温を維持しようと、体温調節機能が活発に働くため、体調を崩しにくいからだに鍛えてくれる!

・『水圧』が筋肉内の血管を刺激して、血流をスムーズに促してくれるので、運動不足改善・体力づくりに冬こそ水泳!

## 公式LINEアカウント♪

1期、2期、3期開催日の先行発表や、新規・継続受付の追加日程、泳力検定会など各種イベントなどをリアルタイムに発信いたします!

会員の皆様、水泳に興味のある方はぜひご登録ください。

振替教室の申し込みもLINEで受付いたします。



公式  
Line  
アカウント  
QR



ホーム  
ページ  
QR

主催  
後援

NPO法人盛岡市水泳協会  
盛岡市

お問い合わせ

TEL 090-2953-5370

(公財)盛岡市スポーツ協会