

リージョンプラザ上越 令和3年度第2期水泳教室

申し込みは、往復はがきの往信裏面に「水泳教室申込み」と明記の上、①希望のコース番号、②郵便番号、③住所、④氏名(ふりがな)、⑤年齢、⑥性別、⑦小・中学生は学校名と学年、⑧電話番号を記入し、8月16日(月)(必着)までにリージョンプラザ上越(〒942-0063上越市下門前446-2、☎025-544-2122)へ。直接申し込み場合は、返信用はがきを持参してください。1人で複数のコースを受講することもできます(1コースにつき、はがき1枚必要)。受講人数が少ないコースは、開講を見合わせる場合があります。受講料のほか、毎回入場料とコインロッカー代が必要です。申込み多数のときは抽選します。

※キッズコースを初めて申し込む場合は、泳力をA～Dのいずれかの記号で記入してください。
(A.水が怖い B.水面につけられる(口、鼻、顔) C.頭まで潜ることができる D.一人で浮くことができる)

※9月21日(火)、23日(木)、11月3日(火)、4日(水)、23日(火)、24日(水)は休講です。

※教室回数券(一般11回 4,600円、小中学生11回 2,300円)がありますので、ご希望の方はお求めください。

入 場 料	高校生以上	620円
	小・中学生	310円
	幼児	無料
コインロッカー代		20円

番号	コース名	対象	開催日	時間	定員	受講料			
①	小学生1.2年生	25m泳げない 小学1・2年生	9月12日.19日.26日 10月3日.10日.17日.24日.31日	18:00~19:00	60人	3,750円			
②	小学生日曜初心者	25m泳げない 小学3年生以上	11月7日.14日.21日.28日 12月5日				16:45~17:45	45人	3,750円
③	小学生中級	クロール・背泳ぎを 無理なく25m泳げる小学生	9月11日.18日.25日、10月2日.9日.16日.23日.30日 11月6日.13日.20日.27日、12月4日	18:00~19:00	60人	3,750円			
④	小学生(火)	25m泳げない小学生	9月14日.28日、10月5日.12日.19日.26日 11月2日.9日.16日.30日、12月7日.14日				全12回	45人	3,500円
⑤	小学生(金)		9月17日.24日、10月1日.8日.15日.22日.29日 11月5日.12日.19日.26日、12月3日.10日				全13回	45人	3,750円
⑥	キッズ(水)	年長のみ	9月15日.22日.29日、10月6日.13日.20日.27日 11月10日.17日、12月1日.8日.15日				全12回	30人	3,500円
⑦	キッズ(木)	年中のみ	9月16日.30日、10月7日.14日.21日.28日 11月11日.18日.25日、12月2日.9日.16日				全13回	20人	3,750円
⑧	親子-A(土)	3歳以上の幼児と 保護者(2人1組)	9月11日.18日.25日 10月2日.9日.16日.23日.30日 11月6日.13日.20日.27日 12月4日	15:30~16:30	15組	5,550円			
⑨	親子-B(土)		16:45~17:45				15組	5,550円	
⑩	スイム火・木(週2回)	中学生以上 (泳力は問いません)	9月14日.16日.28日.30日 10月5日.7日.12日.14日.19日.21日.26日.28日 11月2日.9日.11日.16日.18日.25日.30日 12月2日.7日.9日.14日.16日	19:00~20:00	20人	8,550円			
⑪	スイム水・金(週2回)		9月15日.17日.22日.24日.29日 10月1日.6日.8日.13日.15日.20日.22日.27日.29日 11月5日.10日.12日.17日.19日.26日 12月1日.3日.8日				全23回	20人	8,550円
⑫	スイム(火)	一般 (泳力は問いません)	9月14日.28日、10月5日.12日.19日.26日 11月2日.9日.16日.30日、12月7日.14日	10:00~11:00	30人	4,700円			
⑬	スイム(木)		9月16日.30日、10月7日.14日.21日.28日 11月11日.18日.25日、12月2日.9日.16日				全13回	30人	5,050円
⑭	ヘルシー(水) ※初心者スイム・水中運動		9月15日.22日.29日、10月6日.13日.20日.27日 11月10日.17日、12月1日.8日.15日				全12回	30人	4,700円
⑮	ヘルシー(金) ※初心者スイム・水中運動		9月17日.24日、10月1日.8日.15日.22日.29日 11月5日.12日.19日.26日、12月3日.10日				全13回	30人	5,050円
⑯	水中運動(火)		9月14日.28日、10月5日.12日.19日.26日 11月2日.9日.16日.30日、12月7日.14日				全12回	30人	4,700円
⑰	水中運動(木)	9月16日.30日、10月7日.14日.21日.28日 11月11日.18日.25日、12月2日.9日.16日	全13回	11:00~12:00	30人	5,050円			
⑱	シニア水中運動(水)	60歳以上	9月15日.22日.29日、10月6日.13日.20日.27日 11月10日.17日、12月1日.8日.15日				全12回	30人	4,700円
⑲	シニア水中運動(金)	9月17日.24日、10月1日.8日.15日.22日.29日 11月5日.12日.19日.26日、12月3日.10日	全13回				30人	5,050円	
⑳	アクア・エクササイズ(土)	小学生以上	9月11日.18日.25日、10月2日.9日.16日.23日.30日 11月6日.13日.20日.27日、12月4日	全13回	30人	5,050円			