

## 【秋葉台公園プール】

※ 各教室とも詳細については直接施設にお問い合わせください。(秋葉台公園プール…0466-88-1811)

※ 「公開抽選」…申込受付期間中(休館日除く)申込みを受け、定員を超えた場合抽選となります。

※ 対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たなかった場合は申込受付期間後、市外の方も申込みいただくことができます。

## 個人スイムレッスン

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	個人スイムレッスン	水慣れから4種泳法、水中運動までマンツーマンでお客様のご要望にお応えします。※障がいのある方も気軽にお申し出ください。	通年 (7/1~9/30除く)	予約制	45分	1回	1人	どなたでも参加できます	プール	2,000円	【先着順】 毎月28日から翌月分を受付 (日程が前後する場合あり) 来館受付14:00から 電話受付9:00から

## 成人向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	アクアビクス①	プールに入って音楽に合わせて楽しく運動します！初心者の方でも気軽に参加できるプログラムになっています。	4/4,11,18,25 5/9,16,23,30	木	9:00-10:00	8回	20人	18歳以上の方	プール	6,400円	申込受付3/19-3/24来館 (3/22休館) 公開抽選3/26(火)14:00
2	体スッキリ健康運動①	健康な体づくりをはじめましょう！腰痛・肩こり・関節痛の予防を目的とした健康運動教室です。陸上とプールで運動をし、体も気分もスッキリできます！	4/16,23 5/14,21,28 6/4,11,18	火	10:30-12:30	8回	15人	18歳以上で腰痛・肩こり・関節痛の予防をしたい方	プール 体育館	7,200円	
3	チャレンジ水泳①	これから水泳を始めてクロールを習得したい方、背泳ぎや平泳ぎに挑戦したい方を対象とした教室です。みんなで楽しく練習しましょう！	4/17,24 5/8,15,22,29 6/5,12	水	13:00-14:00	8回	15人	18歳以上で初級・中級者の方	プール	6,400円	申込受付3/26-3/31来館 公開抽選4/2(火)14:00
4	ナイター水泳①	きれいな泳ぎ方を身につけたい初心者から背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライに挑戦したい中・上級者まで、みんなで泳ぎましょう！	4/19,26 5/10,17,24,31 6/7,14	金	19:00-20:15	8回	15人	18歳以上の方	プール	6,400円	
5	チャレンジOWS	目標は茅ヶ崎海岸からえぼし岩への遠泳！前半はプールで安全に海で泳ぐ技術を身につけ、後半は実際に海で練習を行います。	6/15,22,29 7/6,13,20 茅ヶ崎海岸 7/27,8/3	土	9:30-10:30	8回	15人	18歳以上でクロールを1.5km以上続けて泳げる方	プール 茅ヶ崎海岸	10,000円	申込受付5/28-6/2来館 公開抽選6/4(火)14:00
6	飛び込み教室 高校生・成人	飛び込みの基本技術を学び基礎をしっかりと作ることで「キレイ」な飛び込みを目指します！	7/6,13	土	17:00-18:00	2回	15人	高校生以上でクロールで25m以上泳げる方	屋外 プール	2,000円	申込受付6/18-6/23来館 公開抽選6/25(火)14:00
7	アクアビクス②	プールに入って音楽に合わせて楽しく運動します！初心者の方でも気軽に参加できるプログラムになっています。	10/3,10,17,24,31 11/7,14,21	木	9:00-10:00	8回	20人	18歳以上の方	プール	6,400円	申込受付9/10-9/15 公開抽選9/18(水)14:00
8	体スッキリ健康運動②	健康な体づくりをはじめましょう！腰痛・肩こり・関節痛の予防を目的とした健康運動教室です。陸上とプールで運動をし、体も気分もスッキリできます！	10/29 11/12,19,26 12/3,10,17,24	火	10:30-12:30	8回	15人	18歳以上で腰痛・肩こり・関節痛の予防をしたい方	プール 体育館	7,200円	申込受付10/8-10/13来館 公開抽選10/16(水)14:00

2019年4月1日～2020年3月31日

※ 各教室とも詳細については直接施設にお問い合わせください。(秋葉台公園プール・・・0466-88-1811)

(秋葉台公園プール)

※ 「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受け、定員を超えた場合抽選となります。

※ 対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たなかった場合は申込受付期間後、市外の方も申込みいただくことができます。

### 成人向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
9	チャレンジ水泳②	これから水泳を始めてクロールを習得したい方、背泳ぎや平泳ぎに挑戦したい方を対象とした教室です。みんなで楽しく練習しましょう！	10/30 11/6,13,20,27 12/4,11,18	水	13:00-14:00	8回	15人	18歳以上で 初級・中級者の方	プール	6,400円	申込受付10/8-10/13来館 公開抽選10/16(水)14:00
10	ナイター水泳②	きれいな泳ぎ方を身につけたい初級者から背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライに挑戦したい中・上級者まで、みんなで泳ぎましょう！	11/1,8,15,22,29 12/6,13,20	金	19:00-20:15	8回	15人	18歳以上の方	プール	6,400円	
11	チャレンジ水泳③	これから水泳を始めてクロールを習得したい方、背泳ぎや平泳ぎに挑戦したい方を対象とした教室です。みんなで楽しく練習しましょう！	1/15,22,29 2/5,19,26 3/4,18	水	13:00-14:00	8回	15人	18歳以上で 初級・中級者の方	プール	6,400円	申込受付12/17-12/22来館 公開抽選12/24(火)14:00
12	ナイター水泳③	きれいな泳ぎ方を身につけたい初級者から背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライに挑戦したい中・上級者まで、みんなで泳ぎましょう！	1/17,24,31 2/7,14,21,28 3/6	金	19:00-20:15	8回	15人	18歳以上の方	プール	6,400円	
13	体スッキリ水中運動③	腰痛・肩こり・関節痛の予防を目的とした健康運動教室です。水の特性である浮力や抵抗力を利用した水中ウォーキングやストレッチで、体も気分もスッキリ健康！	1/21,28 2/4,11,18 3/3,17,24	火	11:30-12:30	8回	15人	18歳以上で 腰痛・肩こり・関節痛 の予防をしたい方	プール	6,400円	

### 子ども向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	ハッスル水泳①	土曜の朝は早起きでハッスル♪水慣れからクロールの習得、進み具合によっては他泳法まで！クラス分けをして練習します！みんなでレベルアップを目指そう！	4/13,20,27 5/11,18,25 6/1,8	土	7:50-9:00	8回	50人	市内在住・在学の 小学1～中学3年生	プール	7,200円	申込受付3/26-3/31来館 公開抽選4/2(火)15:00
2	にこにこ水泳① 水曜クラス	水慣れや水遊びを中心に、水泳の楽しさを教えます！クラスに分かれてレベルごとに練習！子ども一人一人の「できた！」を大切に、たくさん「チャレンジ」たくさん「成長」できる教室です！	4/17,24 5/8,15,22,29 6/5,12	水	16:00-17:00	8回	15人	市内在住・在園の未就学児 (H25.4.2～H28.4.1生れ)	プール	7,200円	申込受付3/26-3/31来館 公開抽選4/2(火)15:00
3	にこにこ水泳① 木曜クラス		4/18,25 5/9,16,23,30 6/6,13	木							
4	にこにこ水泳① 金曜クラス		4/19,26 5/10,17,24,31 6/7,14	金							

※ 各教室とも詳細については直接施設にお問い合わせください。(秋葉台公園プール・・・0466-88-1811)

(秋葉台公園プール)

※ 「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※ 対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たなかった場合は申込受付期間後、市外の方も申込みいただくことができます。

### 子ども向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
5	泳力認定別こども水泳①	毎年開催している『泳力認定進級テスト』合格を目指すクラスです！同じ目標の仲間と一緒に頑張って泳ごう！目指せ、1級取得！	4/17,24 5/8,15,22,29 6/5,12	水	17:00-18:30	8回	15人	泳力認定進級テストで10級以上を取得している小学1～中学3年生	プール	7,200円	申込受付3/26-3/31来館 公開抽選4/2(火)15:00
6	飛び込み教室 小・中学生	飛び込みの基本技術を学び基礎をしっかり作ることで「キレイ」な飛び込みを目指します！	7/6,13	土	16:00-17:00	2回	15人	クロールで25m以上泳げる小学1～中学3年生	屋外 プール	2,000円	申込受付6/18-6/23来館 公開抽選6/25(火)15:00
7	ハッスル水泳②	夏休みの朝も早起きでハッスル♪水慣れからクロールの習得、進み具合によっては他泳法まで！クラス分けをして練習します！みんなでレベルアップを目指そう！	8/1,2,6,7,8,9	火-金	7:50-9:00	6回	50人	市内在住・在学の小学1～中学3年生	プール	5,400円	申込受付7/17-7/22来館 公開抽選7/23(火)15:00
8	ハッスル水泳③	土曜の朝は早起きでハッスル♪水慣れからクロールの習得、進み具合によっては他泳法まで！クラス分けをして練習します！みんなでレベルアップを目指そう！	10/26 11/2,9,16,23,30 12/7,14	土	7:50-9:00	8回	50人	市内在住・在学の小学1～中学3年生	プール	7,200円	申込受付10/8-10/13来館 公開抽選10/16(水)15:00
9	にこにこ水泳② 水曜クラス	水慣れや水遊びを中心に、水泳の楽しさを教えます！クラスに分かれてレベルごとに練習！子ども一人一人の「できた！」を大切に、たくさん「チャレンジ」たくさん「成長」できる教室です！	10/30 11/6,13,20,27 12/4,11,18	水	16:00-17:00	8回	15人	市内在住・在園の未就学児(H25.4.2～H28.4.1生れ)	プール	7,200円	
10	にこにこ水泳② 木曜クラス		10/31 11/7,14,21,28 12/5,12,19	木							
11	にこにこ水泳② 金曜クラス		11/1,8,15,22,29 12/6,13,20	金							
12	泳力認定別こども水泳②	毎年開催している『泳力認定進級テスト』合格を目指すクラスです！同じ目標の仲間と一緒に頑張って泳ごう！目指せ、1級取得！	10/30 11/6,13,20,27 12/4,11,18	水	17:00-18:30	8回	15人	泳力認定進級テストで10級以上を取得している小学1～中学3年生	プール	7,200円	

2019年4月1日～2020年3月31日

※各教室とも詳細については直接施設にお問い合わせください。(秋葉台公園プール・・・0466-88-1811)

(秋葉台公園プール)

※「公開抽選」・・・申込受付期間中(休館日除く)申込みを受付、定員を超えた場合抽選となります。

※対象者が市内在住・在学・在園と記載されている教室において、定員に満たなかった場合は申込受付期間後、市外の方も申込みいただくことができます。

### 子ども向け教室

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
13	にこにこ水泳③ 水曜クラス	水慣れや水遊びを中心に、水泳の楽しさを教えます！クラスに分かれてレベルごとに練習！子ども一人一人の「できた！」を大切に、たくさん「チャレンジ」たくさん「成長」できる教室です！	1/15,22,29 2/5,19,26 3/4,18	水	16:00-17:00	8回	15人	市内在住・在園の未就学児 (H25.4.2~H28.4.1生れ)	プール	7,200円	申込受付12/17-12/22来館 公開抽選12/24(火)15:00
14	にこにこ水泳③ 木曜クラス		1/16,23,30 2/6,13,20,27 3/5	木							
15	にこにこ水泳③ 金曜クラス		1/17,24,31 2/7,14,21,28 3/6	金							
16	泳力認定別子ども水泳③	毎年開催している『泳力認定進級テスト』合格を目指すクラスです！同じ目標の仲間と一緒に頑張って泳ごう！目指せ、1級取得！	1/15,22,29 2/5,19,26 3/4,18	水	17:00-18:30	8回	15人	泳力認定進級テストで10級以上を取得している小学1~中学3年生	プール	7,200円	
17	ハッスル水泳④ ※就学援助対象教室（P1参照）	土曜の朝は早起きでハッスル♪水慣れからクロールの習得、進み具合によっては他泳法まで！クラス分けをして練習します！みんなでレベルアップを目指そう！	2/1,8,15,22,29 3/7,14,21	土	7:50-9:00	8回	50人	市内在住・在学の小学1~中学3年生	プール	7,200円 ※就学援助受給世帯 2,400円	申込受付1/15-1/19来館 公開抽選1/21(火)15:00

### 資格取得講習会

No	教室名	教室内容等	実施日	曜日	実施時間	回数	定員	対象者	会場	受講料	申込受付日時・場所
1	日本赤十字社正規講習 水上安全法講習会	日本赤十字社の正規講習会です。水の事故から生命を守るための知識と技術を習得することができる講習会です。	9/2,3,4,5	月-木	9:00-17:00	4回	60人	15歳以上でクロール500m以上潜水15mを泳げる方	屋外プール 体育館 会議室	3,600円	8/1(木) 14:00から先着順 電話または来館受付
2	日本赤十字社正規講習 救急法講習会	日本赤十字社の正規講習会です。緊急時に必要な手当ができるように正しい知識と技術を習得することができる講習会です。	2/1,2,8,9	土・日	9:00-17:00	4回	30人	15歳以上の方	体育館 会議室	4,200円	1/5(日) 14:00から先着順 電話または来館受付
3	日本赤十字社正規講習 幼児安全法講習会	日本赤十字社の正規講習会です。子どもに起きやすい事故を中心に適切な手当ができるよう、知識と技術を学びます。	2/22,23	土・日	9:00-17:00	2回	30人	15歳以上の方	体育館 会議室	2,300円	1/15(水) 14:00から先着順 電話または来館受付