

パーソナルスイム(30分単位)

1. 教室内容・指導方針

受講者の要望に沿った個人指導を実施します。1レーン貸し切って行います!!

「基本を学びたい」「より速く泳ぎたい」「教室で習った事を復習・確認したい、お休みの補充」等
ご参加お待ちしております。楽しく上達しましょう!!



予約方法

5月24日(土)午前10:00よりご予約を承ります。プール受付へ直接お越しいただくか、お電話でお願いいたします。

*予約は1回分となります。レッスン終了後、次の予約をお取りいただけます。

キャンセルの場合は前日迄にご連絡ください。当日キャンセルされた場合は、キャンセル料1,000円がかかります。

キャンセル料は次回の参加までに(参加当日可)お支払いいただきます。

*3名様迄同時受講が可能です。料金は、お1人様30分3,200円ずつ。(例)2名様の場合 合計6,400円

*当日空きがあれば1時間受講も可。お電話かプール受付にお問い合わせください。(例)1名様の場合 合計6,400円

***おむつが取れていることが参加条件となります。**

★担当 *担当者については、変更になる場合がありますので、予めご了承願います。

月・水・木・金・土曜日 小泉 (こいづみ) セントラルスポーツ所属IR
金・土曜日 藤井 (ふじい) 日本水泳連盟 基礎水泳指導員／セントラルスポーツ所属IR
土曜日 吉川 (よしかわ) セントラルスポーツ所属IR

2. クラス概要と練習日時

(受講料は税込)

曜日	対象	担当	時間	月	実施日(予定)	回数	受講料	場所(会場)
月曜日	3歳～成人(初級)	小泉	18:30～19:00	7	7・14・21	1回ずつ 予約制	お1人30分 3,200円	プール 開始15分前から 受付を 開始いたします。
				8	4・11・18			
				9	1・8・15・29			
水曜日	3歳～成人(初級)	小泉	18:50～19:20	7	16・23・30			
				8	6・20・27			
				9	3・10・17・24			
木曜日	3歳～成人(初級)	小泉	18:20～18:50	7	10・17・24・31			
				8	7・21・28			
				9	4・11・18・25			
金曜日	3歳～成人(初級)	小泉	①18:15～18:45 ②18:45～19:15 ③19:15～19:45 ④19:45～20:15 ⑤20:15～20:45	7	11・18・25	1回ずつ 予約制	お1人30分 3,200円	プール 開始15分前から 受付を 開始いたします。
				8	1・8・22・29			
				9	5・12・19・26			
				7	11・18・25			
				8	1・8・22・29			
	小学生～成人	藤井	⑥20:30～21:00	9	5・12・19・26			
土曜日	3歳～成人(初級)	小泉	①16:00～16:30 ②16:30～17:00	7	12・19・26			
				8	2・9・23・30			
				9	6・13・20・27			
			③17:00～17:30	7	12・19・26			
				8	2・9・23・30			
	小学生～成人	藤井		9	6・13・27			
		④16:00～16:30 ⑤16:30～17:00	7	12・19・26				
			8	2・9・23・30				
		⑥17:10～17:40 ⑦17:40～18:10 ⑧18:20～18:50 ⑨18:50～19:20	9	6・13・20・27				
			7	12・19・26				
			8	2・9・23・30				
	小中学生		吉川		9			
		⑩16:00～16:30 ⑪16:30～17:00	7	12・19・26				
			8	2・9・23・30				
			9	6・13・20・27				

◎記載している時間は、プールへの入水～退水までの時間です。

◎ご入金後の返金はいたしかねます。予めご了承願います。

3. 服装と持ち物

・水着、スイムキャップ、ゴーグル、タオル

・水分補給が必要な方は、ペットボトルもしくは、水筒などキャップ付の物のみプールサイドに持ち込み可能です。
お飲み物は、水・お茶・スポーツドリンクでお願いします。(瓶・缶はプールサイドへの持ち込み不可)

* タオルはプールサイドまでご持参下さい。

レッスン終了後は、タオルで身体を拭いてからロッカーにお戻りください。

スポーツ教室参加の
注意事項



SUBARU総合スポーツセンター
TEL 0422-45-1113