

ワンコイン ジュニア上級練習会(小中高生)

1. 教室内容・指導方針

一人ではなかなか泳げない・・・練習量が足りない・・・など悩みは様々!!

そこで、当施設で練習会を実施し、泳ぎの修正、泳力アップを目指します。

泳力により練習コースを分けて実施する事でレベルに合わせた練習を行います。

※各学校で泳ぎなどの指示がある場合は事前にお伝えいただければ考慮いたします。

2. 参加条件

4泳法25m完泳出来る小中高生かつ、

水曜日・・・50mクロールのタイムが45.99秒より速い方(同タイムを含む)

日曜日①・・・50mクロールのタイムが45.99秒より速い方(同タイムを含む)

日曜日②・・・50mクロールのタイムが33.99秒より速い方(同タイムを含む)

※練習状況等により、参加クラスをご相談させていただく場合もございます。

※②に初めて参加される方は、50mクロールのタイムを証明できるものをご持参ください。

参加方法

① 1階プール受付にてプール受付係員に定員を確認し、体調確認票を受け取る。

② 体調確認票を記入し、券売機にて[スポーツ教室]のボタンでチケット(500円)を購入する。

③ 受付に体調確認票、チケットの2点を渡す。

④ 開始15分前になったらゲートから更衣室へ。

※初回受付時に、氏名・学年・学校名・連絡先・50mクロールのベストタイムをうかがいます。

3. クラス概要と練習日時

(受講料は税込)

曜日	参加条件(50mクロール)	担当	時間	定員	実施日程	料金	受付場所
水曜日	45.99秒より速い方 (同タイムを含む)	丸山 吉川	19:00～ 20:30	24	1 7・14・21・28	1回 500円	1階 プール 受付
					2 4・11・18・25		
					3 4・11・18		
日曜日 ①	45.99秒より速い方 (同タイムを含む)	丸山	16:00～ 17:30	24	1 11・25		
日曜日 ②	33.99秒より速い方 (同タイムを含む)	丸山	17:30～ 19:00	20	2 1・8・15・22		
					3 1・8・15・22		

◎ 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。予めご了承ください。

4. 服装と持ち物

・水着・スイムキャップ・ゴーグル・タオル

※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。

・水分補給が必要な方は、ロッカーもしくはプールサイドへお持ちください。(水・お茶・スポーツドリンクをお願いします。)

キャップ付きのペットボトルや水筒をご用意ください。(ビン・缶は不可)

5. その他

・写真撮影(動画含)はご遠慮願います。

・プールに入る前に、化粧・整髪剤は落としてください。

・更衣室にてお着替えのうえ、開始時間までにプールサイドへお越しください。

・プール更衣室への入場はレッスン開始15分前からとなります。

・教室前後にプールをご利用の場合は別途個人利用料が必要となります。

・各種ロッカーは100円リターン式となります。取り忘れにご注意願います。

・貴重品は自己管理願います。プール券売機横には貴重品ロッカーをご用意しております。

・当施設並びに担当者に重大な過失があった場合を除き、事故・トラブル等の責任は負いかねます。

・規約を遵守しマナーを守り、体調等自己判断、自己責任にてご参加願います。

・担当者については、変更になる場合がありますので、予めご了承ください。

スポーツ教室参加の
注意事項

