

食欲の秋・・・食べてばっかじゃいられない！さあ、スポーツの秋を楽しもう！！

津名温水プール 秋の体験スクールへレッツゴー！

期間：10月1日(土)～28日(金)
すべてのコース対象
9月18日(日)9:30～申込み開始
定員になり次第締め切ります。



Aコース 週1回×4回練習・・・4, 200円

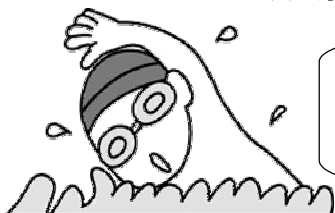
11月28日までに入会すると

☆入会特典☆ **入会月 月会費4,200円免除！！**

Bコース 1回練習・・・1, 050円

11月28日までに入会すると

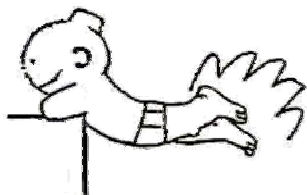
☆入会特典☆ **入会費1,050円免除！！**



来年の君が水泳で輝けますように・・・
 カッコよく泳いで次の夏を迎えましょう♪
継続は力なり！！

水の特性を利用して健康な身体を作りましょう！

- ・運動中の膝や腰への負担を軽減できます☆
- ・自分で負荷を調節できるため無理なくマイペースに運動。
- ・水中にただでエネルギー消費量が上がる↑↑
- ・陸上での運動よりも循環器機能の効率がよい◎



キトリ

2011年 津名スイミングスクール 秋の体験スクール申込書

フリガナ
 氏名 _____
 学校・保育所(園) _____
 性別 男・女 _____ 学年・年齢 _____
 選択コースに○印をつけて、クラス及び体験日をご記入ください。
 A (クラス) B (体験日 クラス)

泳力申告(必ずチェックして下さい)

<input type="checkbox"/> 水が怖い	<input type="checkbox"/> クロール(M)
<input type="checkbox"/> 顔つけ(秒)	<input type="checkbox"/> 背泳ぎ(M)
<input type="checkbox"/> もぐる(秒)	<input type="checkbox"/> 平泳ぎ(M)
<input type="checkbox"/> 浮く(秒)	<input type="checkbox"/> バタフライ(M)
<input type="checkbox"/> 面かぶりキック(M)	<input type="checkbox"/> わからない
<input type="checkbox"/> 面かぶりクロール(M)	

TEL _____

時間/曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
10:00					I5 女性スイム	
30						
11:00			R3 らくらく1			R6 DO 年中～小中学生 無級～9級
30					A5 ベビー 6ヶ月～3才未満	
12:00						
30						
1:00	Q01 アクアビクス		S3 らくらく2			
30					S5 らくらく2	
2:00	I1 女性スイム		I3 女性スイム	I4 女性スイム		B6 幼児 3才～6才
30						C6 年中～ 小学2年生
3:00						
30						
4:00			B3 幼児 3才～6才		B5 幼児 3才～6才	D6 年中～ 小学生
30						
5:00	B1 幼児 3才～6才		C3 年中～ 小学2年生	D4 年中～ 小学生	D5 年中～ 小学生	E6 年長～ 小中学生
30						
6:00	E1 年長～ 小中学生		E3 年長～ 小中学生	E4 年長～ 小中学生	E5 年長～ 小中学生	F6 年長～ 小中学生
30						
7:00			Q3 アクアビクス		Q5 アクアビクス	L6 成人スイム
30						
8:00	Q1 アクアビクス		L3 成人スイム	Q4 アクアビクス	L5 成人スイム	
30						

場 所・・・淡路市立津名温水プール『カッパ天国』 TEL 0799-64-2269 火曜日休館

定 員・・・各クラス5名前後(各クラスで定員人数が異なりますので、お問い合わせください。)

申込方法・・・申込用紙に必要事項を記入の上、参加費を添えて津名温水プール受付までお持ちください。

*平成23年4月1日時点で60歳以上の方は月会費及びAコース参加費が半額となります。

後援：淡路市教育委員会

健康管理等については、保護者の責任の元で行います。

平成23年 月 日 保護者署名 _____