

H29年度  
第1期  
4月開始

水泳をはじめてみたい方、上達したい方におすすめです！

# 大人水泳教室のご案内

※水曜日休館

教室名	曜日	実施日時	内容	定員
大人水泳背泳ぎ	月	4/24~6/26(全10回) 11:00~12:00	背泳ぎを中心にした練習とクロールの距離を伸ばす練習を行います。 クロールが25m泳げる方対象	10名
大人水泳平泳ぎ	火	4/25~6/27(全10回) 11:00~12:00	平泳ぎを中心にした練習とクロールの距離を伸ばす練習を行います。 クロールが25m泳げる方対象	10名
大人水泳クロール ※5/4休講	木	4/20~6/29(全10回) 11:00~12:00	クロールを中心に、水泳の基本から練習していきます。 水泳が初めての方におすすめです。	10名
大人水泳4泳法 ※5/5休講	金	4/21~6/30(全10回) 11:00~12:00	クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの4泳法を練習していきます。 クロールが25m以上泳げる方対象	10名
大人水泳4泳法	火	4/25~6/27(全10回) 19:00~20:00	クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの4泳法を練習していきます。 クロールが25m以上泳げる方対象	10名

【申込期間】 (受付窓口) 2017年3月26日(日)9時~4月16日(日)まで  
(FAX) 2017年3月27日(月)9時~ (先着順)

※参加者が6名に達しない場合は中止することがあります。

【受講料】 8,000円(全10回) (各教室初日に納入)



【対象】 義務教育修了以上の方 ※納入された受講料は自己都合での返金はできません  
※プールをご利用の場合は別途利用料が必要です

【申込方法】 受付窓口 又は FAX(079-272-5613)で、下記の申込書に必要事項をご記入の上、持参あるいはFAXしてください。

※受付窓口での申込手続きはご本人様、又はご家族に限ります

※FAXでお申込みの方は必ずFAX番号をご記入ください(受付完了のFAXを返信します)

大人水泳教室に初めてご参加の方には、リフレ・チョーサオリジナルスイミングキャップをプレゼント!!



皆様のご参加を  
お待ちしております!

【お問い合わせ】

〒671-1236 姫路市網干区網干浜4-1  
姫路市立網干健康増進センター  
TEL.079-272-5601  
FAX.079-272-5613

きりぎり

平成29年度(4月開始) 第1期 大人水泳教室		教室名	(受付NO. )担当: 受付日: /	
フリガナ		男・女	年齢	電話番号
名前			歳	
住所	〒		FAX番号 FAX申込の方は必ず記入	

※ご記入いただいた内容は教室の連絡のみに使用いたします。また無断で第三者に情報を提供することはありません。