

令和5年度 第2期定期制水泳教室【欠員】募集のご案内

幼児対象教室

No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
1	親子水泳	火	9:45~10:50	2歳6ヶ月~未就学児と保護者	15回	¥9,900	15名
3	プレ幼児水泳	火	10:45~11:50	2歳6か月~未就学児	15回	¥9,000	11名
4		水	10:45~11:50		16回	¥9,600	14名
5	幼児水泳A	月	14:15-15:20	年少~年長	14回	¥8,400	7名
6		火	14:15-15:20	年少~年長	15回	¥9,000	13名
7		金	14:15-15:20	年少~年長	16回	¥9,600	18名
10	幼児水泳B	火	14:55-16:00	年少~年長	15回	¥9,000	1名

小・中学生対象教室

No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
19	小中学生①	月	15:45-16:50	小・中学生 18級~7級相当	14回	¥6,440	3名
21	小中学生①	金	15:45-16:50	小・中学生 18級~7級相当	16回	¥7,360	23名
25	小中学生②	水	16:45-17:50	小・中学生 12級~7級相当	16回	¥7,360	6名
30	小中学生③	水	17:45-18:50	小・中学生 10級~1級相当	16回	¥7,360	3名
32	小中学生③	土	13:45-14:50	小・中学生 9級~1級相当	15回	¥6,900	3名
55	リズム水泳	金	19:00-20:00	小学生以上 バタフライ以外の3種目で 25m泳げる	16回	¥7,360	29名

一般対象教室

No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
33	一般(初・中級)	月	10:00~11:00	高校生以上 水泳初心者~ 25m以上泳げる方	14回	¥7,700	11名
34			13:00~14:00		14回	¥7,700	25名
35			19:00~20:00		14回	¥7,700	19名
36		火	13:00~14:00		15回	¥8,250	31名
37			19:00~20:00		15回	¥8,250	18名
38		水	10:00~11:00		16回	¥8,800	9名
39		金	13:00~14:00		16回	¥8,800	33名
40		土	11:00~12:00		15回	¥8,250	3名
41			19:00~20:00		14回	¥7,700	8名
42		一般(中・上級)	月		20:00~21:00	高校生以上 クロール、背泳ぎで 25m以上泳げる方	14回
44	土		20:00~21:00	14回	¥7,700		20名
45	マスターズ	火	20:00~21:00	高校生以上 4種目50m完泳可能な方	15回	¥8,250	12名
47	アクアビクス	月	11:00~11:50	高校生以上 健康増進や 体力向上目的の方	14回	¥7,700	10名
48		水	11:00~11:50		16回	¥8,800	15名
49	アクアコアダンス	金	20:00~21:00	高校生以上	16回	¥10,560	22名
50	健康水中 ウォーキング	火	11:00~12:00	高校生以上 健康増進や 体力向上目的の方	15回	¥8,250	14名
51		金	19:00~20:00		16回	¥8,800	45名
54	プールで健康体操	月	12:00~13:00	高校生以上 健康増進や体力向上の方	14回	¥8,400	9名

申し込み期間：7月28日(金)～8月9日(水)ハガキ必着！

申し込み方法：オンラインもしくは往復はがきでお申込み♪

※消印有効ではございませんのでご注意ください。

詳しい申込方法などはホームページ及び館内掲示をご覧ください。

※水泳教室は常時オムツがとれている方が受講可能です

※対象は9月1日時点の年齢といたします

令和5年度 第2期定期制体操教室【欠員】募集のご案内

幼児対象教室

No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
57	ヨチのびA	水	11:30~12:10	1歳半~2歳半	16回	¥15,840	8名
65	幼児体操	水	14:10~15:00	年少・年中	16回	¥8,800	34名
67	幼児体操	金	15:10~16:00	年少・年中	16回	¥8,800	2名
68	幼児トランポリン	月	15:00~15:50	年中・年長	14回	¥9,240	9名
69	幼児バレエ	月	15:10~16:00	年中・年長	14回	¥7,700	23名
70	幼児チアダンス	木	16:10~17:00	年中・年長	14回	¥8,800	4名

親子・一般対象教室

No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
71	親子ふれあい体操A	木	10:00~10:50	1歳・2歳のお子様 とその保護者	14回	¥9,240	13組
72	親子ふれあい体操B	金	10:00~10:50		16回	¥10,560	10組
73	親子チャレンジ体操A	木	11:00~11:50	2歳・3歳のお子様 とその保護者	14回	¥12,320	15組
74	親子チャレンジ体操B	金	11:00~11:50		16回	¥14,080	13組
75	バランスボール&ストレッチA	水	10:00~10:50	高校生相当以上	16回	¥8,800	3名
76	バランスボール&ストレッチB	水	11:00~11:50		16回	¥8,800	1名
80	ウェーブストレッチ	金	10:00~10:50		16回	¥8,800	7名
82	アクティブピラティスB	金	10:35~11:25		14回	¥7,700	3名
83	アクティブピラティスC	金	11:40~12:30		14回	¥7,700	14名
84	バレエ(一般)	土	20:30~21:30		16回	¥8,800	1名
85	熟年リメイク体操 月1	月	10:00~10:50	65歳以上	14回	¥7,700	13名
86	熟年リメイク体操 月2	月	11:10~12:00		14回	¥7,700	8名
87	熟年リメイク体操 水1	水	11:30~12:20		16回	¥8,800	4名
88	熟年リメイク体操 水2	水	12:45~13:35		16回	¥8,800	4名

小・中学生対象教室

No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
90	Jr. 器械体操B	月	16:55~17:45	小3~中3	21回	¥13,860	7名
95	Jr. バレエA	月	16:20~17:10	小1~小2	21回	¥9,660	29名
96	Jr. バレエB	月	17:20~18:10	小3~中3	21回	¥9,660	31名
97	Jr. チアダンスA	水	16:20~17:10	小1~小2	22回	¥11,440	13名
98	Jr. チアダンスB	水	17:20~18:10	小3~中3	22回	¥11,440	23名
99	Jr. HIPHOP A	金	16:20~17:10	小1~小2	23回	¥10,580	12名
100	Jr. HIPHOP B	金	17:20~18:10	小3~中3	23回	¥10,580	17名
101	レベルアップHIPHOP	木	17:20~18:10	小3~中3	22回	¥16,940	12名
102	Jr. 新体操A	土	15:00~15:50	小1~小2	25回	¥11,500	16名
103	Jr. 新体操B	土	15:55~16:45	小3~中3	25回	¥11,500	20名
104	レベルアップ新体操	土	16:50~18:10	小1~中3	25回	¥19,250	7名
105	Jr. 卓球A	金	16:00~16:50	小1~小2	23回	¥15,180	13名

※対象は9月1日時点の年齢といたします

申し込み期間：7月28日(金)～8月9日(水)ハガキ必着！

申し込み方法：オンラインもしくは往復はがきでお申込み♪

※消印有効ではございませんのでご注意ください。

詳しい申込方法などはホームページ及び館内掲示をご覧ください。

令和5年度【欠員】第2期定期制教室募集

往復はがきでもお申込みできます！

1

QRコードから受付フォームへ。
スポーツセンターHPからでもOK



お手持ちのスマホでカメラを起動してQRコードをスキャン！

2

教室種別を選択



注意事項をよくご確認の上、水泳・体操をお選びください。

3

参加者情報を入力



★教室名★
お選びのうえ入力してください。
年齢対象外にご注意！

6

当選メール画面を受付へ



オンライン専用教室
申込書の記入と料金
お支払いで完了！

5

スポーツセンターより
受付・当落メールが届きます



受付メールが届かない場合は、別のアドレスをご利用ください。
ドメイン
@edogawa-spocen.com

4

参加教室と入力内容を確認後
送ってください。



※フール受講の方は泳力基準級を選択！

【はがき・オンライン】8月9日(水)締め切り必着！ 当選落選はがき 8月19日(土)発送予定！

<p>63 (税込金額) 返信 申込者の ・郵便番号 ・ご住所 ・ご氏名 (教室参加者名)</p> <p>□□□ - □□□□</p>	<p>① No.希望教室名 ② 曜日・時間 ③ 郵便番号 ④ 住所 ⑤ 電話番号 ⑥ 参加者氏名 (ふりがな) ⑦ 生年月日(西暦) 学年・年齢 ⑧ 性別 ⑨ <u>はじめてorワッペン級</u> ※幼児・小中クラスのみ</p>	<p>63 (税込金額) 往信 134-8601 東京都江戸川区 西葛西4-2-20 江戸川区 スポーツセンター 第2期定期制教室 【欠員】申込 募集係</p> <p>□□□ - □□□□</p>	<p>何も記入しないで ください。</p>
---	--	--	---------------------------

【はがき・オンライン注意事項】

- ・ 1名につき、水泳1教室・体操1教室ずつ申込可能です。1教室1枚往復はがきが必要となります。
- ・ オンラインでのお申し込みも、水泳1教室・体操1教室ずつとなります。はがき・オンラインの併用申込みはできません。
- ・ 申込対象 ★就園児以上(年少～)は「令和5年4月現在の学年」となります。
★3歳以下、未就園の乳幼児は「令和5年9月1日現在の年齢」となります。
- ・ 妊娠中の方の参加はご遠慮ください。
- ・ 記入・入力内容に漏れがあった場合、申込が無効となる場合がございます。
- ・ 申込はがきは抽選後、結果を印刷しお客様に返送いたします。記載内容をご確認ください。
- ・ 申込メールは抽選後、結果をメールにて返信いたします。
- ・ オンラインで当選された方は、当選メール画面を受付に提示し、手続きをお願いいたします。
- ・ 入金手続き後、開催日程カレンダーをよくご確認ください。
- ・ お客様のご都合による入金後の返金・キャンセル・曜日の変更はできません。
- ・ はがき・オンラインに記載・入力いただいた個人情報、教室受付及び教室管理以外には使用いたしません。

泳力基準級

級	進級項目		目標・ねらい
18	水なれ	<ul style="list-style-type: none"> ・泣かずに練習できる ・1人で歩ける ・水かぶり ・バブリング ・顔付け3秒 ・もぐり ・ふし浮き5秒 ・水中で目を開けられる 	<ul style="list-style-type: none"> ・集団行動ができる ・水慣れ、基本技術の習得
17	・けのび4mボビング5m(鼻から)		・基本姿勢・呼吸動作の習得
16	・板キック12.5m		・クロールキックの習得
15	・面キック7m		・クロール姿勢、キックの上達
14	・ノーブルクロール7m		・クロール手の習得
13	・クロール12.5m(コンビネーション)		・クロール呼吸動作の習得
12	・クロール25m		・クロール習得、25m完泳
11	・背面キック12.5m		・背泳ぎキックの習得
10	・背泳ぎ25m(コンビネーション)		<ul style="list-style-type: none"> ・背泳ぎ手の習得 ・背泳ぎ習得、25m完泳
9	・平泳ぎ板キック12.5m		・平泳ぎキックの習得
8	・平泳ぎ25m(コンビネーション)		<ul style="list-style-type: none"> ・平泳ぎ手、呼吸動作の習得 ・平泳ぎ習得、25m完泳
7	・バタフライ25m(コンビネーション)		<ul style="list-style-type: none"> ・キック、手、呼吸動作の習得 ・バタフライ習得、25m完泳
6	・クロール50m		・スタート習得
5	・背泳ぎ50m		・ターン習得
4	・平泳ぎ50m		・上級泳法の習得
3	・バタフライ50m		・目標距離の達成
2	・個人メドレー100m		
1	・個人メドレー100m、4種目50m		・自己ベストタイム更新