

# 令和6年度 第1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	19回	¥12,540	18組
2		土			18回	¥11,880	2組
3	プレ幼児水泳	火	10:45~11:50	2歳6か月~ 未就学児	19回	¥11,440	16名
4		水			19回	¥11,440	16名
5	幼児水泳A	月	14:15~15:20	年少~年長	11回	¥6,600	40名
6		火			14回	¥8,400	35名
7		金			15回	¥9,000	33名
9	月	14:55~16:00	11回		¥6,600	24名	
10	火		14回		¥8,400	25名	
12	木		14回		¥8,400	34名	
13	金		15回		¥9,000	11名	
15	幼児水泳C	火	15:45~16:50		14回	¥8,400	8名
16		木			14回	¥8,400	15名
18	幼児水泳D	土	13:45~14:50		13回	¥7,800	7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	小学生水泳①	月	15:45~16:50	小学生 18級~7級相当	16回	¥7,360	10名
21		金			20回	¥9,200	6名
25	小学生水泳②	水	16:45~17:50	小学生 12級~7級相当	19回	¥8,740	17名
28	小・中学生水泳	月	17:45~18:50	小・中学生 16級~1級相当	16回	¥7,360	19名
29		火			19回	¥8,740	19名
30		水		19回	¥8,740	6名	
31		金		20回	¥9,200	4名	
32		土	13:45~14:50	小・中学生 9級~1級相当	18回	¥8,280	3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	9:55~10:50	高校生以上 水泳初心者~ 25m以上泳げる方	16回	¥8,800	11名
34			12:55~13:50		16回	¥8,800	23名
35			18:55~19:50		16回	¥8,800	28名
36		火	12:55~13:50		19回	¥10,450	25名
37			18:55~19:50		19回	¥10,450	10名
38		水	9:55~10:50		19回	¥10,450	6名
39		金	12:55~13:50		20回	¥11,000	29名
40		土	10:55~11:50		18回	¥9,900	5名
41			18:55~19:50		18回	¥9,900	16名
42		一般(中・上級)	月		19:55~20:50	高校生以上 クロール、背泳ぎで 25m以上泳げる方	16回
44	土		19:55~20:50	18回	¥9,900		17名
45	マスターズ	火	19:55~20:50	高校生以上 4種目50m完泳可能な方	19回	¥10,450	10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	16回	¥8,800	12名
48		水	11:00~11:50		19回	¥10,450	11名
49		金	12:00~12:50		20回	¥11,000	48名
50	健康水中 ウォーキング	火	10:55~11:50	高校生以上 健康増進や 体力向上目的の方	19回	¥10,450	21名
51		金	18:55~19:50		20回	¥11,000	42名
54	プールで健康体操	月	12:00~12:50	高校生以上 健康増進や体力向上の方	16回	¥9,600	12名

※水泳教室は常時オムツがとれている方が受講可能です。

対象の年齢は2024年4月1日現在といたします。

**申込み期間：2月28日(水)～3月12日(火)ハガキ必着！**

**申込み方法：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6年度 第1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
55	ヨチのびA	月	11:30~12:10	1歳半~2歳半	12回	¥11,880	3名
56		水			14回	¥13,860	4名
57		金			15回	¥14,850	8名
58	ヨチのびB	木		2歳7ヶ月~2歳11ヶ月 (未就園)	15回	¥14,850	3名
60	幼児体操	火	15:10~16:00	年中・年長	14回	¥7,700	3名
61		水			14回	¥7,700	9名
64		水	14:10~15:00	年少・年中	14回	¥7,700	45名
65		木	15:10~16:00		15回	¥8,250	12名
66		金			15回	¥8,250	6名
67		幼児トランポリン	月	15:00~15:50	年中・年長	12回	¥7,920
68	幼児バレエ	月	15:10~16:00	12回		¥6,600	17名
69	幼児チアダンス	火	16:10~17:00	15回		¥9,630	19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
88	TOKYO23FCフットボールチャレンジA	火	15:50~16:40	小1~小2	14回	¥13,860	11名
89	TOKYO23FCフットボールチャレンジB	火	16:50~17:40	小3~小4	14回	¥13,860	20名
96	Jr. トランポリンA	月	16:00~16:50	小1~小2	19回	¥12,540	12名
98	Jr. バレIA	月	16:20~17:10	小1~小2	20回	¥9,200	30名
99	Jr. バレIB	月	17:20~18:10	小3~中3	20回	¥9,200	32名
100	Jr. チアダンスA	水	16:20~17:10	小1~小2	23回	¥11,900	16名
101	Jr. チアダンスB	水	17:20~18:10	小3~中3	23回	¥11,900	9名
102	Jr. HIPHOP A	金	16:20~17:10	小1~小2	24回	¥11,040	31名
103	Jr. HIPHOP B	金	17:20~18:10	小3~中3	24回	¥11,040	12名
104	レベルアップHIPHOP	木	17:20~18:10	小3~中3	24回	¥18,480	15名
105	Jr. 新体操A	土	15:00~15:50	小1~小2	23回	¥10,580	14名
106	Jr. 新体操B	土	15:55~16:45	小3~中3	23回	¥10,580	15名
107	レベルアップ新体操	土	16:50~18:10	小1~中3	23回	¥17,710	12名
108	Jr. 卓球A	金	16:00~16:50	小1~小2	24回	¥15,840	13名
109	Jr. 卓球B	金	17:00~17:50	小3~中3	24回	¥15,840	6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	
70	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	15回	¥9,900	9組	
71	親子ふれあい体操B	金			15回	¥9,900	8組	
72	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	15回	¥13,200	7組	
73	親子チャレンジ体操B	金			15回	¥13,200	7組	
74	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	14回	¥7,700	9名	
75	バランスボール&ストレッチB		11:00~11:50		14回	¥7,700	2名	
76	リラクゼーションストレッチ	木	20:30~21:30		15回	¥8,250	1名	
79	ウェーブストレッチ	金	10:00~10:50		15回	¥8,250	4名	
81	アクティブピラティスB		10:35~11:25		13回	¥7,150	4名	
82	アクティブピラティスC		11:40~12:30		13回	¥7,150	13名	
83	バレエ(一般)	土	20:30~21:30		14回	¥7,700	8名	
84	熟年リメイク体操 月1	月	10:00~10:50		65歳以上	12回	¥6,600	17名
85	熟年リメイク体操 月2		11:10~12:00			12回	¥6,600	10名
86	熟年リメイク体操 水1	水	11:30~12:20			14回	¥7,700	2名
87	熟年リメイク体操 水2		12:45~13:35	14回		¥7,700	8名	

※対象の年齢は2024年4月1日現在といたします

**申込み期間：2月28日(水)～3月12日(火)ハガキ必着！**

**申込み方法：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。

# 【欠員】令和6年度 第1期定期制教室募集

往復はがきでもお申込みできます！

1

二次元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  
起動してコードを  
スキャン！

2

教室種別を選択

江戸川区スポーツセンター

江戸川区スポーツセンターで開講するスポーツ教室の申し込みができます。参加をご希望の方は、注意事項を確認の上、お申し込みください。

**注意事項**

- 申込が完了した後は、抽選となります。
- 抽選は電子メールにて当選者に通知いたします。抽選結果メールが届かない場合は抽選までご連絡ください。
- 抽選結果メールが届いた後、抽選結果またはアドレス指定等の設定をされている方は、抽選結果から変更する場合は変更ボタンにて変更可能な期間内に申し込みをお願いします。  
[アドレス指定] edogawa-spcocen.com
- 1名につき、水泳と体操・陸上と教室の申し込みが可能です。水泳・体操教室での複数の申し込みは無効となります。
- 抽選された方はキャンセル不可となります。
- 抽選日より参加人数が満席に達しない場合は中止となります。
- 参加料金は抽選の結果により変動する場合があります。抽選結果メールが届いたらご確認ください。
- 抽選結果メールが届かない場合は、抽選結果メールが届かない可能性があります。抽選結果メールが届かない場合は、抽選結果メールが届かない可能性があります。
- 抽選結果メールが届かない場合は、抽選結果メールが届かない可能性があります。
- 抽選結果メールが届かない場合は、抽選結果メールが届かない可能性があります。

※申し込みの受付は抽選結果メールが届いた時点で完了となります。抽選結果メールが届かない場合は、抽選結果メールが届かない可能性があります。

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

江戸川区スポーツセンター



★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

江戸川区スポーツセンター

江戸川区スポーツセンターで開講するスポーツ教室の申し込みができます。参加をご希望の方は、注意事項を確認の上、お申し込みください。

**注意事項**

- 申込が完了した後は、抽選となります。
- 抽選は電子メールにて当選者に通知いたします。抽選結果メールが届かない場合は抽選までご連絡ください。
- 抽選結果メールが届いた後、抽選結果またはアドレス指定等の設定をされている方は、抽選結果から変更する場合は変更ボタンにて変更可能な期間内に申し込みをお願いします。  
[アドレス指定] edogawa-spcocen.com
- 1名につき、水泳と体操・陸上と教室の申し込みが可能です。水泳・体操教室での複数の申し込みは無効となります。
- 抽選された方はキャンセル不可となります。
- 抽選日より参加人数が満席に達しない場合は中止となります。
- 参加料金は抽選の結果により変動する場合があります。抽選結果メールが届いたらご確認ください。
- 抽選結果メールが届かない場合は、抽選結果メールが届かない可能性があります。抽選結果メールが届かない場合は、抽選結果メールが届かない可能性があります。
- 抽選結果メールが届かない場合は、抽選結果メールが届かない可能性があります。
- 抽選結果メールが届かない場合は、抽選結果メールが届かない可能性があります。

※申し込みの受付は抽選結果メールが届いた時点で完了となります。抽選結果メールが届かない場合は、抽選結果メールが届かない可能性があります。

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-spcocen.com

4

参加教室と入力内容を確認後  
送ってください。



※水泳教室  
受講の方は  
泳力を選択！



【はがき・オンライン】3月12日(火)締め切り必着！ 当選落選はがき 3月21日(木)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 【欠員】第1期定期制教室 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6年4月2日現在の学年」となります。  
★3歳以下、未就園の乳幼児は「令和6年4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"> <li>・泣かずに練習できる</li> <li>・1人で歩ける</li> <li>・水かぶり</li> <li>・バブリング</li> <li>・顔付け3秒</li> <li>・もぐり</li> <li>・ふし浮き5秒</li> <li>・水中で目を開けられる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団行動ができる</li> <li>・水慣れ、基本技術の習得</li> </ul>
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"> <li>・背泳ぎ手の習得</li> <li>・背泳ぎ習得、25m完泳</li> </ul>
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"> <li>・平泳ぎ手、呼吸動作の習得</li> <li>・平泳ぎ習得、25m完泳</li> </ul>
7	・バタフライ25m(コンビネーション)		<ul style="list-style-type: none"> <li>・キック、手、呼吸動作の習得</li> <li>・バタフライ習得、25m完泳</li> </ul>
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