

令和7年度 第2期定期制水泳教室【二次】 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	木	9:45～10:50	2歳6か月～ 未就学児と保護者 (随時入会可)	17回	¥11,220 17 組
3	フレ幼児水泳	火	10:45～11:50	2歳6か月～未就学 児 ※常時オムツをしない お子様のみ受講可	15回	¥9,000 12 名
4		水	9:45～11:50		17回	¥10,200 13 名
5			10:45～11:50		17回	¥10,200 11 名
6	幼児水泳A	月	14:15～15:10	年少～年長 ※常時オムツをしない お子様のみ受講可	13回	¥7,800 35 名
7		火			15回	¥9,000 36 名
8		金			16回	¥9,600 31 名
10	幼児水泳B	月	15:00～15:55		13回	¥7,800 14 名
11		火			15回	¥9,000 25 名
17	幼児水泳C	木	15:45～16:40		16回	¥9,600 15 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
20	小学生水泳Ⅰ	月	15:45～16:50	小学生20～7級	13回	¥5,980 16 名
22		金	15:45～16:50	小学生20～15級	16回	¥7,360 12 名
23		土	11:45～12:50	14級のみ	16回	¥7,360 5 名
24	小学生水泳Ⅱ	月	16:45～17:50	小学生20～7級	13回	¥5,980 10 名
26	小学生水泳Ⅱ	水	16:45～17:50	小学生14～7級	16回	¥7,360 5 名
29	小・中学生水泳	月	17:45～18:50	小・中学生17～1級	13回	¥5,980 21 名
30	小・中学生水泳	火	17:45～18:50	小・中学生17～1級	15回	¥6,900 19 名
31	小・中学生水泳	水	17:45～18:50	小・中学生10～1級	16回	¥7,360 19 名
32	小・中学生水泳	金	17:45～18:50	小・中学生17～1級	16回	¥7,360 6 名
33	小・中学生水泳	土	13:45～14:50	小・中学生16～15級 小・中学生6～1級	16回	¥7,360 18 名



レベルアップHIPHOP
通いやすい3か月に変更しました!!
誰でもOK♪レッツダンス♪

令和7年度 第2期定期制体操教室【二次】 募集のご案内

幼児対象教室（開催期間：2025年9～12月）						
No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料 欠員数
55	よちのびA	月	11:30～12:10	1歳半～ 2歳6か月	13回	¥12,870 2 名
56		水			17回	¥16,830 5 名
57		金			17回	¥16,830 2 名
58	よちのびB	木	11:30～12:10	2歳7か月～3歳 (未就園)	17回	¥16,830 12 名
59	幼児体操	月	15:00～15:50	年中・年長	13回	¥7,150 2 名
61		水	15:10～16:00		16回	¥8,800 1 名
64		水	14:10～15:00	年少・年中	16回	¥8,800 21 名
65		木	15:00～15:50		17回	¥9,350 6 名
66		金	15:10～16:00		17回	¥9,350 5 名
67	幼児トランポリン	月	15:00～15:50	年中・年長	13回	¥8,580 19 名
68	幼児バレエ	月	15:10～16:00		13回	¥7,150 26 名
69	幼児チアダンス	木	16:15～17:05		17回	¥10,450 11 名

小・中学生対象教室（開催期間：2025年10～2026年3月）						
No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料 欠員数
97	JrトランポリンA	月	16:00～16:50	小1～小2	20回	¥13,200 20 名
99	JrバレエA		16:20～17:10		20回	¥9,200 28 名
100	JrバレエB		17:20～18:10	小3～中3	20回	¥9,200 24 名
101	JrチアダンスA	水	16:20～17:10	小1～小2	23回	¥11,900 26 名
102	JrチアダンスB		17:20～18:10	小3～中3	23回	¥11,900 19 名
103	Jr.HIPHOPA	金	16:20～17:10	小1～小2	24回	¥11,040 27 名
104	Jr.HIPHOPB		17:20～18:10	小3～中3	24回	¥11,040 19 名
##	レベルアップHIPHOP	木	17:20～18:10 ※10～12月までの開催	小3～中3	13回	¥10,010 20 名
106	Jr.新体操A	土	15:00～15:50	小1～小2	25回	¥11,500 19 名
107	Jr.新体操B		15:55～16:45	小3～中3	25回	¥11,500 16 名
108	レベルアップ新体操		16:50～18:10	小3～中3	25回	¥19,250 7 名
109	Jr.卓球A	金	16:00～16:50	小1～小2	24回	¥15,840 16 名
110	Jr.卓球B		17:00～17:50	小3～中3	24回	¥15,840 5 名

親子・一般対象教室（開催期間：2025年9～12月）						
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	17回	¥11,220 ※お子様2人 ¥16,830 8 組
71	親子ふれあい体操B	金	10:00～10:50		17回	12 組
72	親子チャレンジ体操A	木	11:00～11:50	2歳～未就園のお子様と その保護者	17回	¥14,960 ※お子様2人 ¥22,400 10 組
73	親子チャレンジ体操B	金	11:00～11:50		17回	12 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	17回	7 名
75	バランスボール&ストレッチB	水	11:00～11:50		17回	
76	やさしいベアショコガ	水	14:20～15:10		17回	¥9,350 6 名
77	リラクゼーションストレッチ	木	20:30～21:30		17回	5 名
80	ウェーブストレッチ	金	10:00～10:50		17回	6 名
81	アクティブピラティスA	金	9:30～10:20	65歳以上	15回	¥8,250 4 名
83	アクティブピラティスC	金	11:40～12:30		15回	
85	熟年リメイク体操 月1	月	10:00～10:50		13回	¥7,150 24 名
86	熟年リメイク体操 月2	月	11:10～12:00	65歳以上	13回	18 名
87	熟年リメイク体操 水1	水	11:30～12:20		16回	
88	熟年リメイク体操 水2	水	12:45～13:35		16回	¥8,800 25 名

特別教室（開催期間：2025年9～12月）						
No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料 欠員数
89	TOKYO23FC フットボールチャレンジA	火	15:50～16:40	小学1年生～ 2年生 (経験あり)	14回	¥13,860 7 名
90	TOKYO23FC フットボールチャレンジB	火	16:50～17:40	小学3年生～ 4年生	14回	¥13,860 4 名
91	TUBC バスケットボールA	水	15:50～16:40	小学1年生～ 2年生	16回	¥15,840 5 名

申込み期間：7月29日（火）～8月7日（木）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ください。

※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。

※対象の年齢は2025年4月1日現在といたします。

往復はがきでもお申込みできます！

申込受付期間 2025年7月29日(火)～8月7日(木) 必着
当選落選結果配信 2025年8月19日(火) 16時頃予定

令和7年度 第2期定期制教室募集

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

[illegible]

**注意事項をよく
確認して、
水泳・体操を
選択してください。**

3 参加者情報を入力

[illegible]

★教室名★を
選択してから
情報を入力。
年齢の対象外に
注意してください。

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・当落メールが配信されます。

**メール受信不可の
場合は別アドレスを
お試しください。**

ドメイン
@edogawa-spocen.com

4 参加教室と入力内容を確認してください。

住所	
性別	☐ 男性 ☐ 女性
Eメールアドレス	xxx@xxxmail.com
Eメールアドレス確認	確認のためお再入力してください
年齢	3020000
結婚済否	
以降の住所	
電話番号	03-1234-567890
備考	
個人情報の同意	☐ 同意する

**水泳教室は
必ず泳力を選択！
「幼児・小中学生
以外」の項目も
あります。**

**健康はつらつ水中運動、熟年リメイク体操は
直接2F総合受付にてお申し込みください。**

東京都江戸川区西葛西4-2-20

 03-3675-3811

【はがき・オンライン】8月7日(木)締め切り必着！ 当選落選はがき 8月19日(火)発送予定

85 (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) -	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	85 (税込金額) 往信 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 令和7年度 第2期定期制教室 申込 募集係 -	何も記入しないで ください。
--	--	--	---

【はがき・オンライン注意事項】

- ・ **1名につき、1教室申込可能です。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、1教室となります。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7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7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、消せるペンでの記入があった場合には申込を無効とさせていただく場合がございます。
- ・ 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は、教室受付及び教室管理以外には使用いたしません。

【改定】泳力基準級

令和7年4月～

級	進級項目	目標・ねらい
20	・バブリング ・顔付け3秒 ・もぐり	・集団行動ができる ・水慣れの習得
19	・ふし浮き3秒 ・水中で目を開けられる	・基礎技術の習得
18	・けのび3m ・背浮き3秒 ・ボビング5m（鼻から）	・基本姿勢と呼吸動作の習得
17	・面キック5m ・呼吸付きキック12.5m（板あり）	・クロールキックの習得 ・呼吸動作の習得
16	・呼吸付きキック7m（板なし） ・背面キック5m	・呼吸動作とクロールキックの上達 ・背泳ぎキックの習得
15	・ノーブルクロール7m ・板キック12.5m	・クロールストロークの習得 ・クロールキックの上達
14	・クロール12.5m（呼吸付き） ・ボビング12.5m（大プール）	・クロール呼吸の習得 ・大プールの水深への順応
13	・クロール25m（左右呼吸）	・クロールの習得と泳力の養成
12	・背面キック25m	・背泳ぎキックの上達
11	・背泳ぎ25m（コンビネーション）	・背泳ぎの習得
10	・呼吸付き平泳ぎキック25m（板あり）	・平泳ぎキックと呼吸の習得
9	・平泳ぎ25m（コンビネーション）	・平泳ぎの習得
8	・呼吸付きバタフライキック25m（板あり）	・バタフライキックの習得
7	・バタフライ25m（コンビネーション）	・バタフライの習得
6	・クロール50m	・泳力の養成 ・スタート（飛込）の習得 ・ターンの習得 ・標準記録の達成
5	・背泳ぎ50m	
4	・平泳ぎ50m	
3	・バタフライ50m	
2	・個人メドレー100m	・ターンの習得 ・標準記録の達成
1	・個人メドレー200m ・4種目100m	・泳力と技術の向上 ・標準記録の達成