

夏季特別水泳教室

健康水中ウォーキング

高校生相当
以上対象

健康増進
体力向上



2025年8月26日(火)

10:55～11:50

受講料：600円 定員：50名

担当コーチ

鹿子 愛

健康管理士一般指導員
アクアフィットネスインストラクター
認知症サポーター
JCCAひめトレインストラクター

8/26(火) 当日 先着順

定員になり次第受付終了となります

受講日当日にプール受付で受講料をお支払いください

☎03-3675-3811

江戸川区スポーツセンター(指定管理者:三菱電機ビルテクノサービスグループ)

2025年夏季特別水泳教室

健康はつらつ水中運動

高校生相当
以上対象



健康増進
体力向上

8月28日(木)・29日(金)

12:00～12:50

受講料：各600円 定員：各15名

担当コーチ

鹿子 愛

健康管理士一般指導員
アクアフィットネスインストラクター
認知症サポーター
JCCAひめトレインストラクター

8/21(木)9:30～先着順受付

お電話もしくは2F総合受付にてお申し込みください

定員になり次第受付終了となります

受講日当日にプール受付で受講料をお支払いください

☎03-3675-3811

夏季特別水泳教室

2025年8月30日(土)

受講料：各600円

定員：各15名

初心者教室

8:55～9:50

小学生以上の方を対象
水慣れ～クロールの基礎



平泳ぎ教室

9:55～10:50

小学生以上の方を対象
平泳ぎの基礎～中級



バタフライ教室

10:55～11:50

小学生以上の方を対象
バタフライの基礎～中級



担当コーチ

中野 雅晴

水泳指導歴40年以上
未就園児から高齢者まで
幅広い方を対象に指導し、
現在も年間2,000時間を
超える水泳指導に従事。

8/24(日)9:30～先着順受付

お電話もしくは2F総合受付にてお申し込みください

定員になり次第受付終了となります

受講日当日にプール受付で受講料をお支払いください

☎03-3675-3811

夏季特別水泳教室

2025年8月30日(土)

受講料：各1200円

定員：各10名

フリーレッスン①

12:55~13:50

中学生以下の方を対象
各自のご要望に応じた内容です



フリーレッスン②

13:55~14:50

高校生相当以上の方を対象
各自のご要望に応じた内容です



飛込レッスン

14:55~15:50

小学生以上の方を対象
25m完泳能力必須



担当コーチ

天野 健太郎

公認競泳コーチ/公認水泳教師/
公認水泳指導管理士

選手実績 (競技経験15年)

全国JOCジュニアオリンピックカップ第3位入賞

コーチ実績 (指導歴25年)

アジアエーシグループ選手権第3位入賞選手育成

全国中学校水泳競技大会第3位入賞選手育成

全国JOCジュニアオリンピックカップ優勝選手育成

全国JOCジュニアオリンピックカップ年齢区分別

団体総合準優勝チーム育成

8/24(日)9:30~先着順受付

お電話もしくは2F総合受付にてお申し込みください
定員になり次第受付終了となります

受講日当日にプール受付で受講料をお支払いください

☎03-3675-3811

江戸川区スポーツセンター (指定管理者: 三菱電機ビルテクノサービスグループ)