

江戸川区 スポーツ センター

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



令和8年度 夏季短期 教室案内

お申し込み方法は**2通り**。手続きがより便利に!

インターネットによる申込 江戸川区スポーツセンターのホームページにある教室申込フォームからお申し込みください。

往復ハガキによる申込 往復ハガキに必要事項を記入の上お申し込みください。
※お申し込み方法の詳細につきましては、別紙のご案内またはホームページをご覧ください。

LINE 公式アカウント

うれしい情報をLINEでお届け!



令和8年度 夏季短期教室 開催日程

夏季短期開催日：水泳 夏季短期開催日：体操

7 July						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20 海の日	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

※7/22(水)は大会開催の為、幼児体操・Jr器械体操3-6年(水泳)・バスケ教室・熟年リメイクはお休み
※7/23(木)は大会開催の為、Jrバドミントン・ボールで遊ぼうA・Bはお休み

8 August						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11 山の日	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

※8/31(月)は大会開催のため、幼児体操・幼児トランポリン・Jr器械体操1-2年、Jrはじめてトラ・サッカー教室はお休み

お申し込み方法は**2通り**。手続きがより便利に! お申込みはインターネットが往復はがきで

申込期間 5月19日(火)~6月1日(月)※往復ハガキ必着
 当選落選通知予定 6月13日(土)
 入金期間 6月13日(土)~6月26日(金)
 ※一括現金でのお支払いとなります。



※締め切り期限までに入金が確認できない場合、キャンセル扱いとさせていただきます。

- ・1名につき、水泳1教室・体操1教室ずつお申し込み可能です。
- ・お客様のご都合による入金後の返金・キャンセル・曜日の変更はできかねますので予めご了承ください。
- ・お預かりさせていただいた個人情報は、当施設の規定に従い適切に管理・保管させていただきます。

【お申し込み方法等の詳細につきましては、別紙のご案内またはホームページをご覧ください。】

アクセス

- 住所 / 東京都江戸川区西葛西4-2-20
- 東京メトロ東西線 西葛西駅下車 北口から徒歩7分
- 都営バス 新小岩駅 ← 西葛西駅(新小21) 西葛西駅下車 葛西臨海公園駅 ← 西葛西駅(西葛20) 西葛西駅下車 臨海町2丁目団地 ← 西葛西駅(西葛27) 西葛西駅下車 なぎさニュータウン ← 亀戸駅(亀29) スポーツセンター前下車 船堀駅 ← なぎさニュータウン(葛西24) 第六葛西小前下車 葛西駅 ← 秋葉原駅(秋26) 宇喜田下車

〒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

運営会社について 江戸川区スポーツセンターは、三菱電機ビルソリューションズ株式会社と株式会社 東京アスレティッククラブの「指定管理者(三菱電機ビルソリューションズグループ)」によって運営されています。
Tel 03-3675-3811

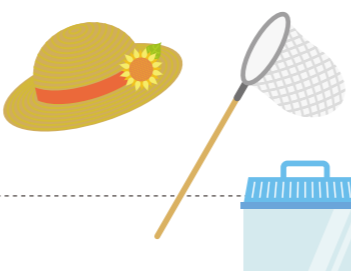
個人情報の取扱いについて

●東京アスレティッククラブは、指定管理者として江戸川区スポーツセンターの管理運営を行うにあたり、保有しているすべての個人情報について、「情報保護こそサービスの基本」を理念とし、その重要性を深く認識し、慎重に管理し個人情報保護に関する法令、国が定める指針その他の規範を遵守するとともに、以下のとおり個人情報保護方針を定め、これを実行し維持します。①お預かりした個人情報を保護する上で適切な対策を講じ、個人情報の不正アクセス個人情報の漏えい、滅失またはき損等を防止し、必要に応じて是正を行い、個人情報保護マネジメントシステムの改善を継続的に実施します。②個人情報保護に関する法令、国が定める指針その他の規範を遵守します。③お預かりした個人情報を法令による正当な理由がない限り第三者に提示、提供いたしません。④個人情報に関する苦情及び相談に、適切且つ迅速に対応いたします。
(お問い合わせ窓口) 指定管理者:三菱電機ビルソリューションズグループ 【電話】03(3675)3811【FAX】03(3869)7785
【住所】〒134-8601 東京都江戸川区西葛西4-2-20【受付時間】平日 午前9時~午後10時30分/日・祝 午前9時~午後9時30分



Table with columns: No., 教室名, 曜日, 時間, 対象, 定員, 回数, 受講料, 内容. Includes a detailed '進級項目' table for swimming levels.

進級項目 table with columns: 級, 進級項目, 目標・ねらい. Lists swimming techniques and goals for various levels.



水慣れから4泳法の習得まで、レベルに合わせて目標を設定します。泳力レベル別の班に分かれて練習をします。

水泳教室について、初めてご参加の方にはもちろんのこと、久しぶりの方にも十分に配慮いたしますので、安心して申し込みください。

Table with columns: No., 教室名, 曜日, 時間, 対象, 定員, 回数, 受講料, 内容. Lists various activities like Pilates, Tai Chi, and English classes.



水泳教室について、初めてご参加の方にはもちろんのこと、久しぶりの方にも十分に配慮いたしますので、安心して申し込みください。

令和8年度第1次夏季短期定期制教室募集

往復はがきでもお申込みできます！

1 [水泳教室]をお申込みの方はこちら！



お手持ちのスマホの
カメラから二次元コードを
写して、申込フォームへ！



1 [体操教室]をお申込みの方はこちら！



お手持ちのスマホの
カメラから二次元コードを
写して、申込フォームへ！



2 個人情報について「同意して次へ進む」をタップし、生年月日を入力してください。

3 ご希望のクラスを選択し、氏名・ふりがな・性別の入力。「基本情報の入力へ進む」をタップ。

※年齢外・対象外のクラスは選択画面に出てきません。ご了承下さい。

4 代表者氏名（ご本人もしくは保護者のお名前）・住所・ご連絡先を入力してください。

※幼児・小中学生水泳教室受講希望の方は泳力基準級の入力もお願いします。令和6年度以前のワッペンをお持ちで泳力の判断が難しい場合は、1つ下の級をご選択ください。

OK 申し込み完了！当選・落選メール配信日・6月13日（土）16時頃予定をお待ちください。

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】6月1日(月)締め切り必着！ 当選落選はがき 6月12日(金)発送予定

<p>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)</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</p>	<p>85 (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 令和8年度 夏季短期制教室 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、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8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8年4月2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、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	<ul style="list-style-type: none"> ・バブリング ・顔付け3秒 ・もぐり 	<ul style="list-style-type: none"> ・集団行動ができる ・水慣れの習得
19	<ul style="list-style-type: none"> ・ふし浮き3秒 ・水中で目を開けられる 	<ul style="list-style-type: none"> ・基礎技術の習得
18	<ul style="list-style-type: none"> ・けのび3m ・背浮き3秒 ・ポビング5m（鼻から） 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本姿勢と呼吸動作の習得
17	<ul style="list-style-type: none"> ・面キック5m ・呼吸付きキック12.5m（板あり） 	<ul style="list-style-type: none"> ・クロールキックの習得 ・呼吸動作の習得
16	<ul style="list-style-type: none"> ・呼吸付きキック7m（板なし） ・背面キック5m 	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・ノーブレクロール7m ・板キック12.5m 	<ul style="list-style-type: none"> ・クロールストロークの習得 ・クロールキックの上達
14	<ul style="list-style-type: none"> ・クロール12.5m（呼吸付き） ・ポビング12.5m（大プール） 	<ul style="list-style-type: none"> ・クロール呼吸の習得 ・大プールの水深への順応
13	<ul style="list-style-type: none"> ・クロール25m（左右呼吸） 	<ul style="list-style-type: none"> ・クロールの習得と泳力の養成
12	<ul style="list-style-type: none"> ・背面キック25m 	<ul style="list-style-type: none"> ・背泳ぎキックの上達
11	<ul style="list-style-type: none"> ・背泳ぎ25m（コンビネーション） 	<ul style="list-style-type: none"> ・背泳ぎの習得
10	<ul style="list-style-type: none"> ・呼吸付き平泳ぎキック25m（板あり） 	<ul style="list-style-type: none"> ・平泳ぎキックと呼吸の習得
9	<ul style="list-style-type: none"> ・平泳ぎ25m（コンビネーション） 	<ul style="list-style-type: none"> ・平泳ぎの習得
8	<ul style="list-style-type: none"> ・呼吸付きバタフライキック25m（板あり） 	<ul style="list-style-type: none"> ・バタフライキックの習得
7	<ul style="list-style-type: none"> ・バタフライ25m（コンビネーション） 	<ul style="list-style-type: none"> ・バタフライの習得
6	<ul style="list-style-type: none"> ・クロール50m 	<ul style="list-style-type: none"> ・泳力の養成
5	<ul style="list-style-type: none"> ・背泳ぎ50m 	<ul style="list-style-type: none"> ・スタート（飛込）の習得
4	<ul style="list-style-type: none"> ・平泳ぎ50m 	<ul style="list-style-type: none"> ・ターンの習得
3	<ul style="list-style-type: none"> ・バタフライ50m 	<ul style="list-style-type: none"> ・標準記録の達成
2	<ul style="list-style-type: none"> ・個人メドレー100m 	<ul style="list-style-type: none"> ・ターンの習得 ・標準記録の達成
1	<ul style="list-style-type: none"> ・個人メドレー200m ・4種目100m 	<ul style="list-style-type: none"> ・泳力と技術の向上 ・標準記録の達成