

成人水泳教室		対象年齢:中学生以上							
クラス名	指導内容	レベル	曜日	番号	時間	回数	参加料金(税込)	定員	
クロール & 背泳ぎ	クロールの上達、背泳ぎを泳げるようになることを目指します。 クロール上達・背泳ぎ習得クラス。	★	木	木①	11:00~11:45	8回	7,600円	8名	
			金	金③	14:00~14:45	8回	7,600円	8名	
平泳ぎ & バタフライ	平泳ぎ・バタフライを泳げるようになることを目指します。 平泳ぎ・バタフライ習得クラス。	★★	月	月③	14:00~14:45	8回	7,600円	8名	
			火	火①	11:00~11:45	7回	6,650円	8名	
			水	水③	14:00~14:45	8回	7,600円	8名	
4泳法マスター	4泳法で各25m(100m個人メドレー)を泳げるようになることを目指します。 100m個人メドレーを目指すクラス。 対象:4泳法を各25m以上泳げる方	★★★	水	水①	11:00~11:45	8回	7,600円	8名	
はじめて水泳	水泳を始めたい方。 水慣れから初めて、クロール習得を目指すクラス。	なし	金	金①	11:00~11:45	8回	7,600円	8名	
ロングスイム	長い距離を泳ぐ練習を行います。 疲れにくいフォームなどを習得していきます。	★★ ★★	木	木③	14:00~14:45	8回	7,600円	8名	
水中運動 & 筋トレ	様々な道具を使って水中で、歩きながら運動を行います。 浮力があるため、関節や筋肉にかかる負担が減り軽い運動でも十分に筋肉を鍛えることができます。 健康増進クラス	なし	月	月①	11:00~11:45	8回	7,600円	8名	
			火	火③	14:00~14:45	7回	6,650円	8名	

小学生水泳教室		対象年齢:小学生のみ(C/D/Eのクラスのみ中学生も可)							
クラス名	指導内容	レベル	曜日	番号	時間	回数	参加料金(税込)	定員	
小学生 A	水中での呼吸法・浮き方・動き方、バタ足などの基礎練習からビート板キック25mを目標にレッスンをいたします。	★	月	月⑤	17:00~17:45	8回	7,200円	16名	
			火	火⑤	17:00~17:45	7回	6,300円	16名	
			水	水⑤	17:00~17:45	8回	7,200円	16名	
			木	木⑤	17:00~17:45	8回	7,200円	16名	
			金	金⑤	17:00~17:45	8回	7,200円	8名	
小学生 B	クロールの基礎練習を反復しながら25m以上完泳を目指します。背泳ぎのキック練習を行います。	★★	月	月⑥	18:00~18:45	8回	7,200円	8名	
			火	火⑥	18:00~18:45	7回	6,300円	16名	
			水	水⑥	18:00~18:45	8回	7,200円	16名	
			木	木⑥	18:00~18:45	8回	7,200円	8名	
			金	金⑥	17:00~17:45	8回	7,200円	8名	
小学生C/D/E	Cクラス 背泳ぎ25mの完泳を目指します。平泳ぎの基礎練習及び25mの完泳を目指します。基礎練習を含めクロール50mを泳げるようにタッチターンの練習も行います。 Dクラス 背泳ぎ・平泳ぎの泳力向上を目標にバタフライの基礎練習及び25mの完泳を目指します。 Eクラス 4泳法の泳力向上、スキルアップを目標に100m個人メドレーを泳げるようになることを目指します。	★★★	月	月⑦	18:00~18:45	8回	7,200円	8名	
			木	木⑦	18:00~18:45	8回	7,200円	8名	
			金	金⑧	18:00~18:45	8回	7,200円	8名	

プライベート水泳教室		対象年齢:小学生以上							
プライベートレッスン	プライベートレッスンでは1~2名まで45分間指導致します。 マンツーマンで細かく見てもらいたい方にお勧めです。 ※先着順	なし	月	月②	12:15~13:00	8回	1回45分/3,500円	~2名	
			火	火②	12:15~13:00	7回			
			水	水②	12:15~13:00	8回			
			木	木②	12:15~13:00	8回			
			金	金②	12:15~13:00	8回			
			金	金⑧	18:15~19:00	8回			

申し込み方法

満員のクラスは抽選を行います。

申込期間は12月7日(月)~12月18日(金)

抽選発表は12月20日(日)13:00~

ホームページと館内で発表いたします。

お支払いは教室当日までに事務所で受け付けております。

※プライベートレッスンは先着で募集いたします。



金沢プール

住所〒236-0003 金沢区幸浦2-7-1 TEL045-789-2181

金沢プールラインはコチラ

1月・2月・3月カレンダー				
月	火	水	木	金
				1月1日
1月4日	1月5日	1月6日	1月7日	1月8日
1月11日	1月12日	1月13日	1月14日	1月15日
1月18日	1月19日	1月20日	1月21日	1月22日
1月25日	1月26日	1月27日	1月28日	1月29日
2月1日	2月2日	2月3日	2月4日	2月5日
2月8日	2月9日	2月10日	2月11日	2月12日
2月15日	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日
2月22日	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日
3月1日	3月2日	3月3日	3月4日	3月5日
3月8日	3月9日	3月10日	3月11日	3月12日
3月15日	3月16日	3月17日	3月18日	3月19日
全8回	全7回	全8回	全8回	全8回