

スポーツで  
自分発見!

「スポーツきっかけプロジェクト」!  
インクルーシブスポーツをみんなで!



# 春の短期水泳教室

お友達にも教えてあげよう!

## 受講生募集!

2025年  
3月29日(土)~  
4月2日(水)開催

会場: 水沢スポーツクラブ25M温水プール/奥州市水沢字日高西7

### ご案内

もうすぐ入学/新学期!  
希望と期待でワクワクしますね。  
新しいことにチャレンジするチャンス!  
いろいろなことを経験して「自分に合ったがんばる目標」を見つけて「自分の可能性」を広げませんか!  
スポーツをきっかけに「やる気・元気・根気」を身につけましょう!

#### ■ 3月29日(土)~4月2日(水) 5日間

(例年定員に早くなるコースがございますのでお早めのご予約をお勧めします)

| コース | 時間          | クラス         | 対象      | 定員  | 参加費(税込) |
|-----|-------------|-------------|---------|-----|---------|
| Z   | 7:40~9:10   | 選手/育成       | 小学生~高校生 | 30名 | 6,600円  |
| A   | 9:30~10:20  | 水慣れ~<br>4泳法 | 3歳~中学生  | 60名 | 5,500円  |
| B   | 10:40~11:30 |             | 4歳~中学生  | 60名 | 5,500円  |
| C   | 13:00~13:50 |             | 4歳~中学生  | 60名 | 5,500円  |
| D   | 14:10~15:00 |             | 4歳~中学生  | 60名 | 5,500円  |

#### ■ 3月29日(土)・30日(日) 2日間

|   |             |      |       |     |        |
|---|-------------|------|-------|-----|--------|
| E | 15:20~16:00 | 障がい者 | 4歳~成人 | 10名 | 2,200円 |
|---|-------------|------|-------|-----|--------|

#### ■ 3月29日(土)

|   |             |    |        |     |        |
|---|-------------|----|--------|-----|--------|
| F | 11:45~12:30 | 親子 | 6ヶ月~3歳 | 10組 | 1,100円 |
|---|-------------|----|--------|-----|--------|

※家族2人目から10%割引!

### スポーツきっかけコース紹介

#### Zコース

運動強度を上げた練習内容になります。  
水泳をきっかけに、将来様々な競技で活躍できる柔軟性と体力&強い心を育てましょう!

#### A~Dコース

泳力別にクラスに分かれてレベルにあった指導をします。初めはみんな初心者です、小さいお子様が泣いてもコーチが優しくお世話するので大丈夫。**がんばるきっかけを援じます!**

#### Eコース

(公財)日本パラスポーツ協会公認指導者が、レベルに合わせて指導をします。水慣れ~大会出場希望者までOK!  
(自分で着替えとトイレに行ける方)

#### Fコース

親子でプールを楽しみましょう! 大好きな親といっしょだからお子様の笑顔も超増し増し!  
**最高のスポーツきっかけ! です😊**

お楽しみ

■ ごほうびのアメを毎日プレゼント! ※アレルギーのある方は事前に申告してください

■ 「プールの集合写真」を撮影しプレゼント!

■ 最終日に上達度チェックを実施し「修了証」を進呈。  
(会員は進級テストを実施します)

■ 最終日に遊び時間あり! ビーチボールや潜っておもちゃ拾いも楽しいね

締切

■ 3/25(火)までに 右記のQRからお申し込みください



ご送迎希望の方へ

#### 「C・Dコースへ、送迎バス運行!」

■ 送迎代 1,100円(税込)

■ 送迎申込締切 3/20(木) ※乗車定員がありますのでお早めにお申し込みください

■ Cコース..江刺胆沢地区 / Dコース..水沢前沢地区

### 【受講生特典】

①本科への入会金サービス!

②新入会の方は、4月分月会費が無料!

&指導教材「アルバム」をプレゼント!

③お子様が本科生になると、

保護者は(お子様が練習中)

ジムを無料で使えます!

親子で健康になりましょう!

④「水難事故予防講習会」へご招待

■ コロナ感染症が5類になる前は各地で水泳の機会が減り、泳げないお子様が増加。同時に水難事故も増加傾向です。水遊びの楽しさと危険な行為を正しく伝える必要を感じております。そこで新学期を迎える前に日本赤十字社水上安全法指導員による「水難事故予防教室」を開催します。正しい知識を習得しましょう。

(日時: 4月27日(日) 親子でご参加も大歓迎です。)

## スイミングスクール水沢