

サーラグリーンアクア

2021年度 第3期 (1月～3月) スイミング&水中運動&スタジオ教室

対象	No.	注	教室名	内容	開始日	曜日	時間	定員	回数	教室料金
成	A 1		水泳 初心者	初心者: 顔付け・浮き身～クロール 初級: クロール・背泳ぎ中心 中級: 4泳法の習得を目標 上級: 4泳法をよりキレイに	1月17日	月	11:00 ~ 12:00	10名	10回	¥6,380
	A 2	1月6日			木	11:00 ~ 12:00	10名	11回	¥7,010	
	A 3		水泳 初級		1月11日	火	19:00 ~ 20:00	10名	11回	¥7,010
	A 4	1月12日			水	13:00 ~ 14:00	10名	11回	¥7,010	
	A 5		水泳 中級		1月12日	水	11:10 ~ 12:10	15名	11回	¥7,010
	A 6	1月6日			木	19:00 ~ 20:00	10名	11回	¥7,010	
	A 7		水泳 初級～中級		1月6日	木	11:00 ~ 12:00	15名	11回	¥7,010
	A 8	1月17日			月	13:00 ~ 14:00	15名	10回	¥6,380	
	A 9		水泳 中級～上級		1月11日	火	10:00 ~ 11:30	25名	11回	¥7,010
	A 10	1月7日			金	11:10 ~ 12:10	10名	10回	¥6,380	
人	A 11		ウォーキングアクア	水中ウォーキングで運動不足解消!	1月17日	月	10:00 ~ 10:50	20名	10回	¥6,380
	A 12				1月6日	木	10:00 ~ 10:50	20名	11回	¥7,010
	A 13		脂肪燃焼アクア	リズムに合わせて水中運動♪	1月11日	火	11:40 ~ 12:30	25名	11回	¥7,010
	A 14	1月12日			水	10:00 ~ 10:50	25名	11回	¥7,010	
	A 15	1月7日			金	10:00 ~ 10:50	25名	10回	¥6,380	
C 1		リンパ・ストレッチ(スタジオ)	初心者でも無理なく参加できます。	1月5日	水	19:15 ~ 20:15	20名	10回	¥8,800	
こ	B 1		幼児水泳(年少～年長)	水に慣れ親しむこと、そして泳ぎの習得につながる基礎練習を、遊びを取り入れ、楽しみながら行います。	1月17日	月	15:30 ~ 16:30	32名	10回	¥6,050
	B 2	1月11日			火	15:30 ~ 16:30	32名	11回	¥6,650	
	B 3	1月12日			水	15:30 ~ 16:30	32名	11回	¥6,650	
	B 4	1月6日			木	15:30 ~ 16:30	32名	11回	¥6,650	
	B 5	1月7日			金	15:30 ~ 16:30	32名	10回	¥6,050	
	B 6	1月8日			土	12:10 ~ 13:10	32名	11回	¥6,650	
	B 7 ※1	1月8日			土	13:15 ~ 14:15	20名	11回	¥6,650	
B 8		幼児水なれ(3歳以上)	楽しみながら水に慣れ親しみます。	1月12日	水	14:40 ~ 15:20	10名	11回	¥6,650	
ど	B 9		小学生水泳A(1・2年生)	『楽しく』をモットーに、お子様の泳力に合わせた練習を行います。主にクロール・背泳ぎを中心に行います。	1月17日	月	16:40 ~ 17:40	34名	10回	¥5,830
	B 10	1月11日			火	16:40 ~ 17:40	34名	11回	¥6,410	
	B 11	1月12日			水	16:40 ~ 17:40	34名	11回	¥6,410	
	B 12	1月12日			水	17:50 ~ 18:50	10名	11回	¥6,410	
	B 13	1月6日			木	16:40 ~ 17:40	34名	11回	¥6,410	
	B 14	1月7日			金	16:40 ~ 17:40	34名	10回	¥5,830	
	B 15	1月8日			土	10:00 ~ 11:00	34名	11回	¥6,410	
	B 16	1月17日			月	17:50 ~ 18:50	36名	10回	¥5,830	
	B 17	1月11日			火	17:50 ~ 18:50	36名	11回	¥6,410	
	B 18	1月12日			水	17:50 ~ 18:50	24名	11回	¥6,410	
も	B 19		小学生水泳B(3～6年)	お子様の泳力に合わせ、学校体育で必要なクロール・平泳ぎはもちろんのこと、4泳法をキレイに泳ぐことを目標としたクラスです。	1月6日	木	17:50 ~ 18:50	36名	11回	¥6,410
	B 20	1月7日			金	17:50 ~ 18:50	36名	10回	¥5,830	
	B 21	1月8日			土	11:05 ~ 12:05	36名	11回	¥6,410	
	B 22 ※2	1月12日			水	19:00 ~ 20:00	10名	11回	¥6,410	
	B 23 ※2	1月7日			金	19:00 ~ 20:00	10名	10回	¥5,830	
	B 24	1月17日			月	19:00 ~ 20:00	10名	10回	¥5,830	
	B 25	1月8日			土	17:00 ~ 18:00	10名	11回	¥6,410	
	B 26	1月8日			土	18:00 ~ 19:00	10名	11回	¥6,410	

※参加人数が最少催行人数に達しない場合、教室開催が中止になる場合がございます。 ※教室時間には、準備体操・シャワーなどの時間も含まれます。 ※参加費には、消費税が含まれております。
 ※成人と小学生は、教室参加費のほかに施設利用料がかかります。【大人 1回 570円・回数券(13回) 5,700円 / 小学生 1回 280円・回数券(13回) 2,850円】 ※スタジオ教室・幼児クラスを除く
 ※ No.が赤字の教室は、注意事項をご確認のうえご応募ください。

お申し込み方法は、裏面をご覧ください。

浜松市浜北温水プール サーラグリーンアクア



指定管理者 公益財団法人浜松市体育協会グループ
 〒434-0041 浜松市浜北区平口5042-125 TEL 053-584-3023

- 開館時間
 10:00～20:30
 夏期(7/20～8/31)
 9:00～20:30
- 休館日 施設点検日
 ※お問い合わせください。
- 年末年始休館
 12月29日～1月3日



水泳教室 お申し込みについて

ご来館、または往復ハガキにてご応募ください。

子どもクラスへのご応募は、おひとり様1クラスとさせていただきます。複数応募はできません。

① 《A》【ご来館で応募】エントリーシートと官製はがきをご用意ください。

※エントリーシートは、サーラグリーンアクア受付にて配布しております。また、ホームページからもダウンロードできます。

・エントリーシートに必要な事項を、官製ハガキの宛名には、参加者住所・氏名をご記入ください。（はがき裏面は無記入。）

《B》【往復はがきで応募】※11月14日（日）必着でお願いいたします。

・《往信うら面》に、①～⑨の必要事項（記入例をご参照ください。）をご記入ください。

・《往信おもて面》の宛名に、〒434-0041 浜松市浜北区平口5042-125 浜北温水プール行 をご記入ください。

・《返信おもて面》の宛名に、参加者住所・郵便番号・参加者氏名をご記入ください。

往復はがき 記入例

《往信》おもて	《返信》うら（通信欄）	《返信》おもて	《往信》うら（通信欄）
<p>郵便番号はがき</p> <p>63 4340041</p> <p>日本郵便</p> <p>往信</p> <p>浜松市浜北区平口5042-125</p> <p>浜北温水プール</p> <p>教室参加募集係 行</p>	<p>何も記入しないでください。</p>	<p>郵便番号はがき</p> <p>63 □□□□□□</p> <p>日本郵便</p> <p>返信</p> <p>申し込み者の</p> <p>・郵便番号</p> <p>・ご住所</p> <p>・氏名（教室参加者名）</p>	<p>① 郵便番号</p> <p>② 住所</p> <p>③ 電話番号</p> <p>④ 参加者氏名（ふりがな）</p> <p>⑤ 生年月日（和暦）</p> <p>⑥ 性別・年齢（学年）</p> <p>⑦ 希望の教室番号</p> <p>⑧ 教室名</p> <p>⑨ 曜日・時間</p>



② 《A》【ご来館で応募】または《B》【往復はがきで応募】の方法で、11月1日（月）～11月14日（日）の間にご応募ください。

※定員を超えたクラスに関しましては、厳正なる抽選を行います。

③ 11月22日（月）までに、抽選結果を官製ハガキにて発送いたします。

※当選された方 ⇒ 11月23日（火）～11月29日（月）の間に、サーラグリーンアクアにてお申し込み手続きをおとりください。

※落選された方 ⇒ 12月10日（金）～12月12日（日）の間、2次募集を行います。定員に達していないクラスへのお申し込みを受け付けます。

教室参加費のお支払い

●11月23日（火）～11月29日（月）の間に、サーラグリーンアクア受付にて参加申込手続きをおとりください。

※①当選ハガキ ②教室参加費をお持ちください。

※申込期日を過ぎた場合は、キャンセル扱いとさせていただきますので、ご注意ください。

（期日までにご来館できない場合は事前にご連絡ください）

●新規で幼児・小学生教室に参加される方には、指定水泳帽・教室ノートカバーをご用意いただきます。（500円・100円/税込）をご用意ください。

●小学生・成人の方は参加費のほかに、施設利用料がかかります。

【大人 1回 570円・回数券（13回）5,700円 / 小学生 1回 280円・回数券（13回）2,850円 / ※スタジオ教室・幼児は利用料がかかりません。

【子ども水泳教室の参加申込みについて】

◆第1期（4～7月）：定員を超える応募があった場合、参加希望者全員を対象に抽選を行い参加者を決定します。

◆第2期（9～12月）・第3期（1～3月）：教室番号B1～B21のクラスは、定員の3/4を継続者枠、1/4を新規申込者枠とし、それぞれ定員を超えた場合には抽選のうえ参加者を決定します。教室番号B7・B22～B26は、継続者優先となりますが、新規お申込みも可能です。

ショートプログラム（参加費無料） 随時開催中！

サーラグリーンアクアでは、予約せずに無料で参加できるショートプログラムを開催中！是非、一度お試しください！

※ 教室参加費は無料ですが、別途施設利用料がかかります。（大人 570円 / 70歳以上 280円）

ショートプログラム【1月6日～3月30日】（祝日は休講）

（火）10:30～10:50 游々水泳筋力アップ

（水）10:30～10:50 游々水泳骨盤修正ウォーク

（木）13:30～13:50 游々水泳イージーアクアピクス

（金）10:30～10:50 游々水泳筋力アップ



【お客様の個人情報】について

お預かりいたしました個人情報は法令に従い、浜北温水プール（指定管理者：公益財団法人浜北市体育協会グループ）で適切に管理・保管致します。利用目的等詳細につきましてはホームページに記載されている「個人情報の取扱について」「個人情報保護方針」をご確認下さい。