



春の1day体験レッスン



日程: 2025年3月29日(土)

【参加料】:会員 500円 一般700円

※持ち物:動きやすい服装、飲み物

フ ロ ア	対象	時間	教室 番号	クラス	定員 (場 所)	内 容
	新1年生 ~ 新4年生	9:30~10:30	F01	小学生体操	16名 (多目的ルーム)	小学生に必要なコーディネーショントレーニングや基礎体力を向上する運動教室です。
	新年少 ~ 新年長	10:30~11:30	F02	ちびっこフラダンス	12名 (第一会議室)	柔軟性やリズム感、協調性も養えるフラダンス! みんなで楽しく踊ってステキなフラガールになろう!
		14:10~15:10	F03	幼児体操	14名 (多目的ルーム)	跳ぶ、回る、走る、くぐるなどの基礎体力や遊びの中でも学べる運動を活かした教室です。



【参加料】:会員 500円 一般700円

※持ち物:水着・水泳帽・ゴーグル・タオル

プ ー ル	対象	時間	教室 番号	クラス	定員	練習内容	泳力目安(当施設認定級)	
	新年少 ~ 新年長	13:00~13:55	P01	水慣れ	各5名	初めての子、大歓迎! たのしくお水に慣れましょう!	初めて~顔つけができる	新規~15B級
			P02	けのび・バタ足		自分で浮く・バタ足で進むための練習です。	5秒以上もぐれる~けのび5mができる	14~13B級
			P03	クロール導入		クロールの手の回し方を練習します。	面かぶりキック5mができる	12級~11級
	新1年生	11:00~11:55	P04	初めての水慣れ	各10名	初めてでも大丈夫。もぐる・浮くを体験しましょう。	初めて~顔つけができる	新規~15級
			P05	けのび・バタ足		自分で浮く・バタ足で進むための練習です。	5秒以上もぐれる~けのび5mができる	14~13級
P06			クロール	息つき動作を中心に練習します。		面かぶりクロール7mができる	10~8級	





申込開始

3月13日(木)9:30～

【申込方法】

オンラインにてお申込みください。(先着順)

※オンライン申込期間後、空き枠がある場合のみ、1F受付窓口にて直接お申込みください。

【申込期間】

オンライン申込み➡3/13(木)9:30 ~ 3/20(木)23:59 まで。

※3/21(金)～空き枠があれば、1F受付窓口にて直接お申込みください。(オンライン不可)

【支払い方法】

当日券売機にて、イベント参加料のチケットを購入し、1F窓口にて整理券と交換してください。

【キャンセルについて】

イベントをキャンセルする場合は、当施設まで必ずご連絡ください。



【諸注意】

代理申込はご家族分のみ可とします。また、プール教室は、お一人様一教室までの申込とします。泳力チェックは行いません。

