

平成30年 9月のプール公開予定表

- 1は1コース、2は1・2コース貸切です。貸切中の1、2コースには一般の方は入れませんが、1、2コース貸切中も3～6コースはご利用いただけます。
- 学校利用は全面貸切になり、一般の方はプールをご利用できません。
- 🍷はアクア、★はのびのびストレッチ＆ワンポが開催されます。

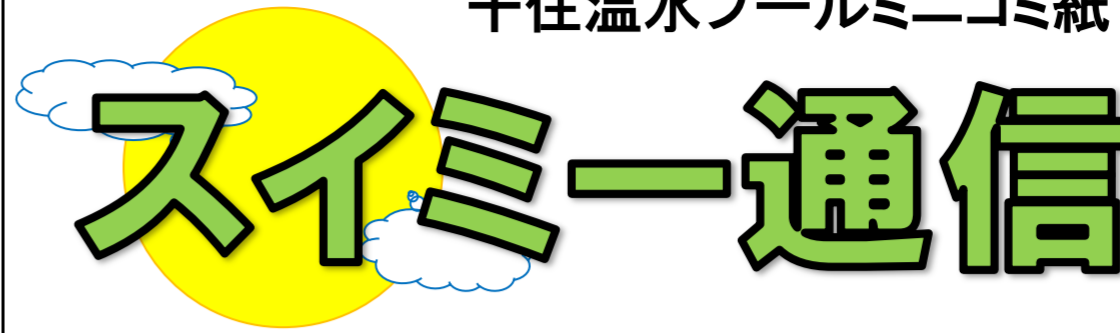
	9:30	10:30	11:30	12:30	13:30	14:30	15:30	16:30	17:30	18:30	19:30	
1 土												
2 日												
3 月	1	1	2	1				1		1	2	
4 火	学校利用								1	2	2	
5 水	学校利用				2★	1	2	2	2	2	2	
6 木	学校利用									1	2	
7 金	学校利用								1	2	2★	
8 土										1🍷		
9 日												
10 月	学校利用								1	1	2	
11 火	学校利用									1	2	2
12 水	学校利用				2★	1	2	2	2	2	2	
13 木	学校利用										2	2
14 金	学校利用								1	2	2★	
15 土	無料公開日											
16 日												
17 月												
18 火	休館日											
19 水	1	2	1	2★	1	2	2	2	2	2	2	
20 木	1	1	1		2	2	2		1	2	2	
21 金			1	1	2	2	1	1		2	2★	
22 土										1🍷		
23 日												
24 月												
25 火			2🍷		学校利用				1	2	2	
26 水	1	1		2★		1	2	2	2	2	2	
27 木	1	1	1		2	2	2			2	2	
28 金			1	1	2	2	1	1		2	2★	
29 土			2									
30 日												

※変更となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。



千住温水プール”スイミー” ☎ 03-3882-2601
 プール利用時間 9:30~20:30 (受付9:00~20:00)
 E-Mail senju_swimmy@fep0294.co.jp

千住温水プールミニコミ紙



9 月号

平成30年8月15日発行

サービスプログラムのご案内(定員なし) **無料**

★のびのびストレッチ

ストレッチやリラクゼーションを水中で行います。

水	9/5・12	13:30~13:45
水	9/19・26	12:30~12:45
金	9/7・14・21・28	19:30~19:45

★ワンポイントレッスン

泳法などをお客様にアドバイスします。

水	9/5・12	13:45~14:20
水	9/19・26	12:45~13:20
金	9/7・14・21・28	19:45~20:20

※サービスプログラムは利用料のみで、ご利用できます。お時間になりましたらプールへお集まりください。

有料プログラムのご案内

600円

🍷アクアエクササイズ

水中でのエクササイズです。音楽にあわせて動きます。

火	定員 30名	9/25	11:30~12:20
---	-----------	------	-------------

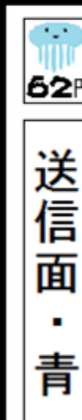
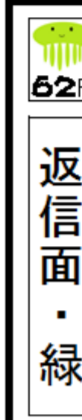
🍷サタデーナイトアクア

アクアエクササイズよりちょっぴり上級者向けです。

土	定員 20名	9/8・22	18:30~19:20
---	-----------	--------	-------------

※予約無しでご利用できます。アクア券でのご入場はプログラム開始15分前からとなります。それより前に入場して遊泳される場合や、プログラム後に残って遊泳する場合は、別途利用料をお支払いください。

水泳教室のご案内～8月26日から受付開始・9月10日締め切り～

	120-0034 足立区千住 三十三 千住温水プール	何も書かないで ください
	申込者住所 申込者氏名	①講座名 ②氏名 ③ふりがな ④生年月日 ⑤年齢 ⑥性別 ⑦住所 ⑧電話番号

たのしい水泳②

◆楽しくプールに通えるように、水慣れを中心に行います。
対象:5歳～就学前の子ども
日程:10/4・11・25、11/1・8・15・22・29(木曜・8日制)
時間:16:30～17:20
定員:20名
受講料:5,200円

はじめて平泳ぎ②

◆25m平泳ぎ完泳をめざします。
対象:クロールで25m泳げる小学生
日程:10/2・9・23・30、11/6・13・20・27(火曜・8日制)
時間:16:30～17:20
定員:20名
受講料:5,000円

小学生水泳教室②A・B

◆成長にあわせた水泳技術の教室です。
対象:A 小学1～3年生
B 小学3～6年生
日程:10/6・13・27、11/10・24、12/1・8(土曜・7日制)
時間:A 15:30～16:20
B 16:30～17:20
定員:各28人 受講料:3,710円

ABの重複申込はできません。

<申込み方法>

★往復ハガキ

1ハガキ1名1講座でお願いします。
 9月18日までに返信ハガキが届かない場合はお問合せください。

★ネット(足立区講座予約システム)

千住温水プールホームページの[教室・イベント]からジャンプできます。
 「スイミーへのお問合わせ」からは申し込めません。13日中に当落メールが届かない場合はお問合せ下さい。

★千住温水プール窓口

官製はがきをご持参いただければ、窓口で直接お申込みいただけます。
 ハガキの代わりにメールアドレスでも代用できます。

こちらの教室は8月26日から先着順で受付です。ネット(足立区講座予約システム)、または千住温水プールの窓口へお電話もしくは直接どうぞ。

小学生 水慣れクラス⑤

◆水慣れから面かぶりキックをめざします。
対象:泳げない小学生
日程:10/2・9・23・30
(火曜・4日制)
時間:17:30~18:20
定員:10名
受講料:5,000円

はじめて クロール木曜日②

◆クロール25m完泳をめざします。
対象:小学生
日程:10/4・11・25、
11/1・8・15・22・29
(木曜・8日制)
時間:17:30~18:20
定員:20名
受講料:5,000円

★はじめてクロール木曜日・金曜日A・金曜日Bは重複申込できません。

初・中級水泳教室②

◆体力増進、水泳技術の上達、楽しみながらできる内容です。
対象:16歳以上の方
日程:10/5・12・26、
11/2・9・16
(金曜・6日制)
時間:10:30~11:20
定員:20名
受講料:4,080円

親子水遊び教室②

◆親子で遊びながら保護者の運動不足も解消しましょう。
対象:オムツの完全にとれた2歳~小学1年生と保護者
日程:9/22・29、10/6・13・27
(土曜・5日制)
時間:11:30~12:20
定員:20組
受講料:4,350円

はじめて クロール金曜日②A・B

◆クロール25m完泳をめざします。
対象:小学生
日程:10/5・12・26、11/2・9・16・30、
12/7(金曜・8日制)
時間:A 16:30~17:20
B 17:30~18:20
定員:各10名
受講料:5,000円

★9月10日締切必着です。申込をお待ちしております。