

子どもも！大人も！親子でも！
楽しく、健康増進！

全部で6コース！小諸市主催

水泳教室

小諸市では、市民の皆さんの健康増進やスポーツ振興を図ることを目的に、幅広い年齢層を対象にした水泳教室をブルーマリンスポーツクラブ小諸で行います。この機会にぜひお申し込みください！！

対象者
申込先
電話番号

【対象者】 小諸市民の方
【申込先】 ブルーマリンスポーツクラブ小諸（御影新田2705-1）
【電話】 **0267-23-3535**

申込方法
持ち物
注意事項等

- ・開催日の前日正午までにブルーマリンスポーツクラブ小諸に電話または直接お申込みください。
- ・費用は、事前にブルーマリンスポーツクラブ小諸へお支払いください。
- ・当日は、水着（できるだけ海水用を避ける。ビキニ不可）、バスタオル、スイミングキャップ、ゴーグルを持参ください。
- ・当日のキャンセルは返金できません。前日までのキャンセルは半額返金します。

コース名	対象者	定員	自己負担	実施日等
スキンシップを高めましょう！ 親子アクアコース	乳幼児と保護者 (親子2名で1組)	各回5組 ※1回のみ	1,000円	6月～9月の 火・金曜 10:15～11:00
パパ・ママがコーチ ファミリーレッスン スイミングコース	未就学児及び 小学校低学年と保護者 (親子2名で1組)	各回20組 ※複数回参加可	1,200円	6/12(日)・7/3(日) 11:30～12:30
プールは楽しいY0！ 水慣れスイミングコース	未就学児及び 小学校低学年	各回25名 ※複数回参加可	1,200円	6/29(水)・6/30(木) 9/21(水)・9/22(木) 16:30～17:30
およぐぞ！チャレンジコース25 スイミング練習コース	小学生・中学生	各回25名 ※複数回参加可	1,200円	
健康へのひとかき ウエルネス水中運動コース	60歳以上の方	各回30名 ※複数回参加可	1,200円	6/20(月)・7/11(月) 9/12(月) 10:30～11:30 ※10:20～入場可
あなたも泳げる！ 泳法チャレンジコース	成人	各回30名 ※1回のみ	1,200円	6/12(日)・7/3(日) 10:15～11:15

※乳幼児：6カ月以上3歳児程度、未就学児：4歳から6歳、成人：18歳以上