

# レディース・一般・シニア スイミング

No	教室	時間	対象者	指導内容	日程	受講料	
						会員	一般
レディスコース	L火	毎週火曜日 11:00~12:00	年齢：16歳以上 性別：女性 泳力：不問 定員：各30人  ※最少催行10人	クロールが泳げるようになることが目標。	1/ 8, 15, 22, 29 2/ 5, 12, 19, 26 3/ 5, 12, 19 (全10回)	新規 無料	¥5,650
	L木	毎週木曜日 11:00~12:00			1/ 10, 17, 24, 31 2/ 7, 14, 21, 28 3/ 7, 14 (全10回)		
一般コース	F水	毎週水曜日 19:00~20:00	年齢：中学生以上 性別：不問 泳力：不問 定員：30人  ※最少催行10人	初心者には顔つけ・水慣れ。 泳げる方は4泳法が泳げるようになることが目標。	1/ 9, 16, 23, 30 2/ 6, 13, 20, 27 3/ 6, 13 (全10回)	2教室目から ¥3,080	
	F金	毎週金曜日 13:00~14:30			年齢：16歳以上 性別：不問 泳力：4泳法泳げる方 定員：15人  ※最少催行6人		
シニアコース	S水	毎週水曜日 14:00~15:00	年齢：概ね60歳以上 性別：不問 泳力：不問 定員：30人  ※最少催行10人	水泳による筋力アップ及び体力づくりが目標。 1/ 9, 16, 23, 30 2/ 6, 13, 20, 27 3/ 6, 13 (全10回)			

上記の受講料の他にプール利用料が必要となります。詳しくは裏面をご覧ください。

## 申し込みについて

受付期間：12月 1日(土)~12月12日(水) 21時30分まで

申込方法：申込書及びハガキに必要事項を記入し、フロントへ提出してください。

選考方法：定員を超えた場合は抽選となります。

会員優先ですが、会員で定員を超えた場合も抽選となりますのでご了承ください。

抽選は、12月14日(金) 17時からディスプレイ南魚沼2階ロビーにて行います。

ご希望の方はお立会いください。

抽選結果は、ハガキにてご案内いたします。

最少催行人数に達しないコースは中止となります。

※空きのある教室のみ 12月15日(土) 9時~12月28日(金) 17時まで追加募集を行います。  
※お申し込み後のコース変更およびキャンセル、返金はできません。予定・日程等よくお確かめのうえ、お申し込みください。

※裏面も必ずお読みください。



南魚スポーツパラダイス

公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社

〒949-6611 新潟県南魚沼市坂戸 372 ディスポート南魚沼内

TEL 025-773-3210 FAX 025-773-6955

Email spopara@6bun.jp URL http://www.6bun.jp/spopara/