

# 上級者スイミング

当地で半世紀以上続く伝統あるスイミングスクールです。  
4泳法・個人メドレーの技術を高め、スポーツマンとしての規律・マナーを養います。

**定期的に記録会を行い、日頃の練習成果を記録します。**

◆ こんな方にオススメ！

**タイム向上を目指す方**

**大会に出場したい方**

**しっかり練習したい方**

◆ 上級者スイミングの日程 (※予定ですので、変更になる場合がございます。)



◆ 開催日・定員50名・参加料【12,600円 / 月】

|     |               |               |               |                |               |                |               |               |                |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|-----|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|----------------|---------------|---------------|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 4月  | 2(火)<br>23(火) | 3(水)<br>24(水) | 4(木)<br>25(木) | 5(金)<br>26(金)  | 6(土)<br>27(土) | 7(日)<br>28(日)  | 9(火)          | 10(水)         | 11(木)          | 12(金) | 13(土) | 14(日) | 16(火) | 17(水) | 18(木) | 19(金) | 20(土) | 21(日) |
| 5月  | 7(火)<br>28(火) | 8(水)<br>29(水) | 9(木)<br>30(木) | 10(金)<br>31(金) | 11(土)         | 12(日)          | 14(火)         | 15(水)         | 16(木)          | 17(金) | 18(土) | 19(日) | 21(火) | 22(水) | 23(木) | 24(金) | 25(土) | 26(日) |
| 6月  | 1(土)<br>22(土) | 2(日)<br>23(日) | 4(火)<br>25(火) | 5(水)<br>26(水)  | 6(木)<br>27(木) | 7(金)<br>28(金)  | 8(土)<br>29(土) | 9(日)<br>30(日) | 11(火)          | 12(水) | 13(木) | 14(金) | 15(土) | 16(日) | 18(火) | 19(水) | 20(木) | 21(金) |
| 8月  | 4(日)<br>25(日) | 6(火)<br>27(火) | 7(水)<br>28(水) | 8(木)<br>29(木)  | 9(金)<br>30(金) | 10(土)<br>31(土) | 11(日)         | 13(火)         | 14(水)          | 15(木) | 16(金) | 17(土) | 18(日) | 20(火) | 21(水) | 22(木) | 23(金) | 24(土) |
| 9月  | 1(日)<br>22(日) | 3(火)<br>24(火) | 4(水)<br>25(水) | 5(木)<br>26(木)  | 6(金)<br>27(金) | 7(土)<br>28(土)  | 8(日)<br>29(日) | 10(火)         | 11(水)          | 12(木) | 13(金) | 14(土) | 15(日) | 17(火) | 18(水) | 19(木) | 20(金) | 21(土) |
| 10月 | 1(火)<br>22(火) | 2(水)<br>23(水) | 3(木)<br>24(木) | 4(金)<br>25(金)  | 5(土)<br>26(土) | 6(日)<br>27(日)  | 8(火)<br>29(火) | 9(水)<br>30(水) | 10(木)<br>31(木) | 11(金) | 12(土) | 13(日) | 15(火) | 16(水) | 17(木) | 18(金) | 19(土) | 20(日) |
| 11月 | 1(金)<br>22(金) | 2(土)<br>23(土) | 3(日)<br>24(日) | 5(火)<br>26(火)  | 6(水)<br>27(水) | 7(木)<br>28(木)  | 8(金)<br>29(金) | 9(土)<br>30(土) | 10(日)          | 12(火) | 13(水) | 14(木) | 15(金) | 16(土) | 17(日) | 19(火) | 20(水) | 21(木) |
| 12月 | 1(日)<br>22(日) | 3(火)<br>23(火) | 4(水)<br>24(水) | 5(木)<br>25(木)  | 6(金)<br>26(金) | 7(土)<br>27(土)  | 8(日)<br>28(日) | 10(火)         | 11(水)          | 12(木) | 13(金) | 14(土) | 15(日) | 17(火) | 18(水) | 19(木) | 20(金) | 21(土) |
| 1月  | 7(火)<br>28(火) | 8(水)<br>29(水) | 9(木)<br>30(木) | 10(金)<br>31(金) | 11(土)         | 12(日)          | 14(火)         | 15(水)         | 16(木)          | 17(金) | 18(土) | 19(日) | 21(火) | 22(水) | 23(木) | 24(金) | 25(土) | 26(日) |
| 2月  | 1(土)<br>22(土) | 2(日)<br>23(日) | 4(火)<br>25(火) | 5(水)<br>26(水)  | 6(木)<br>27(木) | 7(金)<br>28(金)  | 8(土)          | 9(日)          | 11(火)          | 12(水) | 13(木) | 14(金) | 15(土) | 16(日) | 18(火) | 19(水) | 20(木) | 21(金) |
| 3月  | 1(土)<br>22(土) | 2(日)<br>23(日) | 4(火)<br>25(火) | 5(水)<br>26(水)  | 6(木)<br>27(木) | 7(金)<br>28(金)  | 8(土)<br>29(土) | 9(日)<br>30(日) | 11(火)          | 12(水) | 13(木) | 14(金) | 15(土) | 16(日) | 18(火) | 19(水) | 20(木) | 21(金) |

|     |    |       |   |       |    |       |   |       |
|-----|----|-------|---|-------|----|-------|---|-------|
| 火曜日 | A/ | 16:00 | ～ | 18:00 | B/ | 18:00 | ～ | 20:00 |
| 水曜日 |    | 16:00 | ～ | 17:45 |    |       |   |       |
| 木曜日 |    | 16:00 | ～ | 19:00 |    |       |   |       |
| 金曜日 |    | 16:00 | ～ | 17:45 |    |       |   |       |
| 土曜日 |    | 18:00 | ～ | 20:00 |    |       |   |       |
| 日曜日 |    | 16:00 | ～ | 17:45 |    |       |   |       |

● 時間変更  
12月22日～28日 15:30 ～ 17:00  
★記録会は赤字の練習時間に行います。



- 1 場 所 ドルフィンズアリーナ（愛知県体育館） 地下温水プール
- 2 受 付 方 法 (1) 毎月20日から翌月分を受付します。  
(2) 協会事務所にこ来館いただき、参加申込を行ってください。  
(3) 参加料の納入は、原則、ゆうちょ銀行からの引落となります。(初回手続き時は、2ヶ月分現金納入)
- 3 受 付 場 所 愛知県体育館スポーツ教室協会 ドルフィンズアリーナ（愛知県体育館）事務所内
- 4 対 象 小学生から高校生まで。4種目25メートル以上泳げる方で泳力テスト合格者
- 5 講 師 愛知水泳協会指導員
- 6 持 ち 物 水着、スイミングキャップ、ゴーグル、タオル、ビニール袋、ロッカー用100円（リターン式）
- 7 そ の 他 ・受講に際して健康上の問題のある方は必ず申し出てください。申込後であっても受講に対して支障をきたすと判断させていただいた場合はお断りする場合があります。  
・教室開催中のケガ等については応急手当までとし、その後は傷害保険を適用します。  
・休会、退会される方は、前月10日までに休会及び退会届を協会事務所に提出ください。  
・月曜日は協会事務所がお休みの為、受付いたしません。(8月を除く)

8 お問合せ **愛知県体育館スポーツ教室協会 ☎ (052) 971-1313**

〒460-0032 名古屋市中区二の丸1-1 ドルフィンズアリーナ（愛知県体育館）事務所内  
(営業日時：火～日曜日 午前9時～午後6時) ※ 駐車場はございません。公共交通機関か自転車でお越しください。