

交流村スイミング

内 容	①フリースイミング 個人で泳げます。 ②泳法指導コース 初心者から上級者まで泳力の向上を目的とし、参加者の要望に合わせて泳法指導を行います。 ○11:00の部(初心者向け) →ウォーミングアップで水中エアロビクス&ウォーキングを取り入れ、楽しく泳いでいきます。 ○12:00の部(中～上級者向け) →泳法指導をメインで行います。しっかり泳ぎをマスターしたい方はこちらがお勧めです。 ※泳法指導コースをお申し込みの方は、講習時間前後のフリースイミングにもご参加いただけます。	
実施日時	4月・・・6日、13日、20日、27日 5月・・・11日、18日、25日(※4日休み) 6月・・・1日、8日、15日、22日、29日 ※荒天等により中止、変更がある場合は、ホームページでお知らせします。	11:00-13:00 左記火曜日 全12回
講 師	佐古麻梨子(交流村スタッフ) (公財)日本スポーツ協会公認水泳コーチ1・トライアスロンコーチ1	
実施場所	温水プール	
対 象	中学生以上の男女	
募集人員	○フリースイミング 18名(1レーン6人×3レーン) ○泳法指導コース 各部共に10名程度	
参加料	○フリースイミング 1回 500円 ○泳法指導コース 各部6,000円(全12回分) 11:00の部 11:10~12:00 12:00の部 12:10~13:00	
携行品	水着 スイミングキャップ ゴーグル	
申込み	○フリースイミング 1) 申込み方法 ・各回ごとに受付にてお申し込みください。※事前の予約は必要ありません。 2) 支払い方法 ・各回ごとに窓口にてお支払いください。	
	○泳法指導コース 1) 申込み方法 ・3月2日(火)8:30から先着順に電話または窓口にて受け付けます。※初日の受付は電話のみ! ・申込みの際、参加者の氏名・住所・電話番号をお知らせください。 ・1人につき1人分の申込みが可能です。 ・定員に達していない場合は、途中からの申込みも可能です。 ・お申込みの時間帯以外の泳法指導コースへのご参加はご遠慮ください。 2) 支払い方法 ・3月23日(火)までに、銀行振込にてお支払いください。 ・振込人欄には、教室名(スイム)の次に参加者氏名を打ち込んでください。 例:スイム コウリュウタロウ 山口銀行 光支店 普通口座 6385176 公益財団法人 山口県ひとつづくり財団 山口県スポーツ交流村 ※ご注意 ①振込手数料は参加者のご負担となります。 ②泳法指導コースは、参加途中での返金や参加者の変更はできかねますので予めご了承ください。	
問合せ	山口県スポーツ交流村 光市光井2-19-2 TEL:0833-71-1144 e-mai:kouryu@kouryumura.net	
その他	参加者以外の入室は不可となりますので、あらかじめご了承ください。 定員に達していない教室は、1回に限り体験参加が可能です。 体験料 500円	



※スポーツ交流村が取得した個人情報は本事業に関わる以外に使用することはありません。なお、行事中に撮影した写真等は、スポーツ交流村ホームページに掲載することがありますが、望まれない方は職員にお申し出ください。