

2024年度

マスターズ水泳教室

県立敷島公園公式
ホームページ
QRコード



開催日	木曜コース： 4/11.18.5/9.16.23.30 金曜コース： 4/12.19.5/10.17.24.31 ※原則、コースの変更はできませんが、やむを得ずお休みをする場合は、最終日までの開催日へ振替可能です。ご相談ください。
時間	11:00~11:45 (受付時間10:45~)
定員	A班： クロール・背泳ぎ … 10名程度 B班： 平泳ぎ・バタフライ … 10~15名程度 C班： 4泳法 … 15~20名程度
対象者	18歳以上の健康な方
参加費	初回7,200円全納 ※別途入場料はかかりません。 教室終了後、12:30まで遊泳が可能です。
申込方法	所定用紙に必要事項をみれなく記入し、水泳場受付へ直接ご提出ください。 ※申込書はHPからダウンロード可能です。 ※TELまたはFAXでの受付も可能です。
申込期間	定員になり次第受付終了いたします。 当日受け付けは行いませんので、必ず事前のお申込みをお願い致します。



お問い合わせ先：

群馬県立敷島公園水泳場

TEL027-232-7871

FAX027-289-3365

★オプションレッスン①★

レッスン前の30分(10:20~10:50受付10:00~)
水泳に必要な体づくりしませんか？

《内容》ストレッチ・体幹トレーニングを中心とした
プールサイドトレーニング

《持ち物》ストレッチマット・タオル等

《オプション料金》1回500円

《申込方法》事前申し込み制

《参加資格》当日マスターズ教室受講者のみ



★オプションレッスン②★

レッスン後の30分(11:50~12:20受付11:30~)
大会に向け技術を磨きませんか？

《内容》競泳スタート&ターン

《オプション料金》1回500円

《開催日》4/18.19.5/30.31

《申込方法》事前申し込み制

《参加資格》希望者



※当日レッスンを受講していない方は要別途入場料

詳しくはお問い合わせください

