

# 平成30年度高井戸温水プール水泳教室開催予定

## 【第1期】

教室名	日程	曜日	回数	時間	場所	参加料	定員	対象	応募期間
初心者水泳教室	4/9.23 5/7.14.28 6/4.11	月	7	10:00～10:50	25mプール	5600	20	★16歳以上の杉並区民の方	3月1日 ～ 3月7日 (必着)
泳法上達教室	4/9.23 5/7.14.28 6/4.11	月	7	11:00～11:50	25mプール	6300	20	16歳以上のクロールで25m以上泳げる方	
幼児水泳教室	4/9.23 5/7.14.28 6/4.11	月	7	15:30～16:20	サブプール	9100	20	★未就学児(4～6歳)で保護者の送迎のある杉並区民の方	
小学生12.5m完泳教室	4/9.23 5/7.14.28 6/4.11	月	7	16:30～17:20	サブプール	9100	20	★12.5mをクロールで泳げない小学生で、保護者の送迎のある杉並区民の方	
小学生25m完泳教室	4/9.23 5/7.14.28 6/4.11	月	7	17:30～18:20	25mプール	9100	10	12.5m以上クロールで泳げる小学生で、保護者の送迎のある方	
火曜水中エクササイズ①	4/3.10.17.24 5/8.15.22.29 6/5.12	火	10	10:00～10:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
火曜水中エクササイズ②	4/3.10.17.24 5/8.15.22.29 6/5.12	火	10	11:00～11:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
水曜水中エクササイズ①	4/4.11.18.25 5/9.16.23.30 6/6.13	水	10	10:00～10:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
水曜水中エクササイズ②	4/4.11.18.25 5/9.16.23.30 6/6.13	水	10	11:00～11:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
障がい者水中歩行教室	4/7.28 5/19 6/9	土	4	10:00～11:00	25mプール	無料	5	★障がい者手帳をお持ちの杉並区民の方	
障がい者水慣れ水泳教室	4/14 5/5.26 6/16	土	4	10:00～11:00	25mプール	無料	5	★障がい者手帳をお持ちの杉並区民の方	
障がい者スキルアップ教室	4/21 5/12 6/2.23	土	4	10:00～11:00	25mプール	無料	5	★障がい者手帳をお持ちの杉並区民の方	

## 【第2期】

教室名	日程	曜日	回数	時間	場所	参加料	定員	対象	応募期間
初心者水泳教室	10/22.29 11/5.12.26 12/3.10	月	7	10:00～10:50	25mプール	5600	20	★16歳以上の杉並区民の方	9月1日 ～ 9月9日 (必着)
泳法上達教室	10/22.29 11/5.12.26 12/3.10	月	7	11:00～11:50	25mプール	6300	20	16歳以上の、クロールで25m以上泳げる方	
幼児水泳教室	10/22.29 11/5.12.26 12/3.10	月	7	15:30～16:20	サブプール	9100	20	★未就学児(4～6歳)で、保護者の送迎のある杉並区民の方	
小学生12.5m完泳教室	10/22.29 11/5.12.26 12/3.10	月	7	16:30～17:20	サブプール	9100	20	★12.5mをクロールで泳げない小学生で、保護者の送迎のある杉並区民の方	
小学生25m完泳教室	10/22.29 11/5.12.26 12/3.10	月	7	17:30～18:20	25mプール	9100	10	12.5m以上クロールで泳げる小学生で、保護者の送迎のある方	
火曜水中エクササイズ①	10/2.9.16.23.30 11/6.13.20.27 12/4	火	10	10:00～10:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
火曜水中エクササイズ②	10/2.9.16.23.30 11/6.13.20.27 12/4	火	10	11:00～11:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
水曜水中エクササイズ①	10/3.10.17.24.31 11/7.14.21.28 12/5	水	10	10:00～10:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
水曜水中エクササイズ②	10/3.10.17.24.31 11/7.14.21.28 12/5	水	10	11:00～11:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
障がい者水中歩行教室	10/6.27 11/17 12/8	土	4	10:00～11:00	25mプール	無料	5	★障がい者手帳をお持ちの杉並区民の方	
障がい者水慣れ水泳教室	10/13 11/3.24 12/15	土	4	10:00～11:00	25mプール	無料	5	★障がい者手帳をお持ちの杉並区民の方	
障がい者スキルアップ教室	10/20 11/10 12/1.22	土	4	10:00～11:00	25mプール	無料	5	★障がい者手帳をお持ちの杉並区民の方	

## 【第3期】

教室名	日程	曜日	回数	時間	場所	参加料	定員	対象	応募期間
初心者水泳教室	1/7.28 2/4.25 3/4.11.25	月	7	10:00～10:50	25mプール	5600	20	★16歳以上の杉並区民の方	11月15日 ～ 11月24日 (必着)
泳法上達教室	1/7.28 2/4.25 3/4.11.25	月	7	11:00～11:50	25mプール	6300	20	16歳以上の、クロールで25m以上泳げる方	
幼児水泳教室	1/7.28 2/4.25 3/4.11.25	月	7	15:30～16:20	サブプール	9100	20	★未就学児(4～6歳)で、保護者の送迎のある杉並区民の方	
小学生12.5m完泳教室	1/7.28 2/4.25 3/4.11.25	月	7	16:30～17:20	サブプール	9100	20	★12.5mをクロールで泳げない小学生で、保護者の送迎のある杉並区民の方	
小学生25m完泳教室	1/7.28 2/4.25 3/4.11.25	月	7	17:30～18:20	25mプール	9100	10	12.5m以上クロールで泳げる小学生で、保護者の送迎のある方	
火曜水中エクササイズ①	1/8.15.22.29 2/5.12.19.26 3/5.12	火	10	10:00～10:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
火曜水中エクササイズ②	1/8.15.22.29 2/5.12.19.26 3/5.12	火	10	11:00～11:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
水曜水中エクササイズ①	1/9.16.23.30 2/6.13.20.27 3/6.13	水	10	10:00～10:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
水曜水中エクササイズ②	1/9.16.23.30 2/6.13.20.27 3/6.13	水	10	11:00～11:50	サブプール	5000	20	16歳以上の方	
障がい者水中歩行教室	1/5.26 2/16 3/9	土	4	10:00～11:00	25mプール	無料	5	★障がい者手帳をお持ちの杉並区民の方	
障がい者水慣れ水泳教室	1/12 2/2.23 3/16	土	4	10:00～11:00	25mプール	無料	5	★障がい者手帳をお持ちの杉並区民の方	
障がい者スキルアップ教室	1/19 2/9 3/2.23	土	4	10:00～11:00	25mプール	無料	5	★障がい者手帳をお持ちの杉並区民の方	

★杉並区在住・在学・在勤の方のみご参加いただけます。