

大人体験教室

■日程/募集人数 令和4年 6月 28日(火)～6月30日(木)

日程	6月28日(火)	6月29日(水)	6月30日(木)
11:00から12:00	初めて背泳ぎ	初めて平泳ぎ	初めてバタフライ

■クラス目的

初めて背泳ぎ	基本の姿勢、キック、ストロークを中心に練習します。
初めて平泳ぎ	キックの打ち方を中心に練習します。
初めてバタフライ	うねりを中心に練習します。

■料金 1回 530円 (入場料別途 420円。)

***参加費は、教室開催初日のお支払となります。**

■締め切り 6月14日(火)～ 各教室1週間前まで。 *定員を超した場合には抽選を行います。

■持ち物 水着、キャップ、ゴーグル、タオル。

■その他 体験料は**530円**となりますが、当日別途**券売機にて入場券**を購入下さい。

■お問い合わせ 常陸太田市温水プール TEL 0294-80-6556

..... 切り取り線

フリガナ		性別	年齢
名前		男 ・ 女	
住所	()	TEL	

○ 申し込む教室に「○」をご記入下さい。

日程	6月28日(火)	6月29日(水)	6月30日(木)
11:00から12:00	初めて背泳ぎ	初めて平泳ぎ	初めてバタフライ
	()	()	()

○ 下記の当てはまる所に「○」印をご記入ください。

① 関節痛がある	ある ・ なし (ある→肩・腰・膝・その他())
② 定期的に運動はしていますか	してない ・ 週1回 ・ 週2回 ・ 週3回以上
③ 希望クラスのキック動作は	出来る ・ 少し ・ 出来ない
④ クロールができる	出来る ・ 少し ・ 出来ない
⑤ クロール以外の泳法も泳げる	出来る ・ 出来ない (背泳ぎ ・ 平泳ぎ ・ バタフライ)

☆ 最後に指導員に伝えたいことがありましたらご記入ください。(既往歴など)

()

《常陸太田市温水プール 殿》

健康面には十分に留意し体験教室に参加いたします。

年 月 日

参加者名

Ⓜ

受付者