2020年度 第3期 西温水プール教室募集要項

■ 申込期間

12月7日（月）～ 12月13日（日）9:00～20:00　　**※Web申込は13日（日）23:59:59まで**

■ 申込方法

1.Web申込　当協会HPの「スポーツ教室WEB申込」にアクセスし、手順に沿ってお申込みください。【URL https://class.sapporo-sport.jp/】

2.直接申込　施設で配布している「申込用紙」に必要事項をご記入のうえ、窓口までお持ちください。

3.電話申込　お申込みしたい「コース番号」「教室名」をお伝えください。必要事項等をお伺いします。【☎ 011-662-2149】

※新規申込の方は現時点での泳力を確認させて頂きます（Webからお申込の方にもお電話にて確認させて頂く場合があります）ので
ご協力をお願いします。

Webでのお申し込みがオススメです!!

■ 抽選日

12月16日（水）17:00　　※多数申込時は、コンピュータによる自動抽選（非公開）を行います。

補欠、開講中止教室の方へ当施設より12月18日頃までにご連絡致します。Web申込の方は合否、手続き内容がメールにて届きます。

■ 追加申込（先着順）

12月19日（土）9:00～　電話申込受付

12月20日（日）以降は、窓口でもお申込みが可能です。定員に満たない教室のみ追加募集を行います。

■ 納入期間

12月22日（火）～　12月28日（月）9:00～20:00

※受講をキャンセルされる場合は必ずご連絡ください。

泳力判定会

～当教室をはじめて受講する方、またはレベルがわからない方

【対象】 幼児・少年少女　新規申込者

【参加料】 無料

【申　込】 12月7日（月）～　実施日直前まで直接窓口にて申込または電話

【日　程】 12月12日 (土) 10：00　～　11：00

12月13日 (日)　9：00　～　9：50

■ 注意事項

【受講にあたって】

○ご自分の健康状態を考慮し、各自の責任においてご参加ください。また、必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めします。
○教室のカリキュラムは身体機能の回復等のリハビリを目的としたものではありません。○伝染病の方は教室の受講をご遠慮ください。
○障がいのある方はお申込みの際、各種手帳をご提示ください。○教室内での物品販売や宗教・政治的活動およびマルチ商法等の勧誘は固く禁止します。
○受講の権利を他人（家族含む）に譲渡することはできません。
○自然災害や交通機関のトラブルなどにより、急遽日程の変更または中止となる場合があります。また、申込人数によっては開講中止または合同開講となる場合がございます。
申込時に記載いただいている連絡先、またはWEB申込時におけるメールアドレスにてご連絡いたします。（電話番号及びメールアドレスが変更となった方は、更新手続きをお願いいたします。
○申込状況により定員を超えて受講者を受け入れる場合がございます。○申込みされたレベルに達していない場合、途中でクラスの移動をお願いする場合がございます。
○担当指導員が病気、ケガ等の諸事情により、代行の指導員が指導にあたることがあります。
○教室受講者を対象とした傷害見舞金給付制度を設けております。教室申込みの際には、当給付制度を確認のうえお申込みください。
○受講料の他、毎回、施設利用料が別途かかります。○貴重品は各自の責任で管理してください。なお、更衣室ロッカーは使用料50円がかかります。
○教室を辞めるお申し出があった場合は、主催者の都合による中止を除き、1教室につき500円（開講前含む）を差し引いた残回数分の受講料を申請により返金いたします。
なお、返金額は当協会の規定により算出いたします。
○障がい者手帳、療育手帳、障害児通所支援受給者証をお持ちの方と引率者は手帳の提示により施設利用料が免除になります。
○新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策として、これまで以上に換気や消毒を行う必要があるため、教室終了時間の５分前に運動を終了させていただきます。
○新型コロナウイルス感染症における受講者皆さまにご協力いただきたい内容（受講者の皆様へ）を、受付窓口での配布及び協会ホームページに掲載しております。
内容をご確認のうえ、申込みください。

【個人情報の取扱い】

お申込みの際に取得する個人情報は、当協会が定める「プライバシーポリシー」に照らし、当施設が開催する事業に関して主に以下の目的に使用し、適切に管理いたします。
①施設利用や各種サービスに関する登録及び申請等の手続き ②イベントや教室その他事業へのお申込みやお支払等の諸連絡
③アンケートや各種施設の利用に係る統計及び分析 ④事故等の報告及び傷害見舞金給付制度の申請に係る治療内容の確認
また、取得した個人情報の訂正や削除を求められた場合、所定の手続きにより、速やかに対応を行います。

少年少女レベル1～7（1月～3月）
■小学1年～中学3年対象教室■

※少年少女対象教室は多くの方に受講していただくため、1人1コースのお申込となります。
※受講料の【障がいのある方】とは、障がい者手帳および障害児通所支援受給者証をお持ちの方となります。

番号	レベル	曜日	時間	期間（予定）	回数	定員	受講料（税込）一般	受講料（税込）障がいのある方	現在の泳力のめやす
2101	レベル1	月	15:50 ～ 16:50	1/25 ～ 3/22	7 回	各8名	4,000円	3,200円	・はじめて水泳を習う方 ・顔つけ、けのび、背浮きを練習中
2102			16:50 ～ 17:50						
2113			17:50 ～ 18:50						
2103		火	15:50 ～ 16:50	1/12 ～ 3/23	10 回		5,720円	4,580円	
2104			16:50 ～ 17:50						
2105		水	15:50 ～ 16:50	1/6 ～ 3/24	12 回		6,860円	5,490円	
2106			16:50 ～ 17:50						
2115			17:50 ～ 18:50						
2107		木	15:50 ～ 16:50	1/7 ～ 3/18	10 回		5,720円	4,580円	
2108			16:50 ～ 17:50						
2116			17:50 ～ 18:50						
2109		金	15:50 ～ 16:50	1/8 ～ 3/19	11 回		6,290円	5,030円	
2110			16:50 ～ 17:50						
2111			17:50 ～ 18:50						
2112		土	9:00 ～ 10:00	1/9 ～ 3/13	10 回		5,720円	4,580円	
2201	レベル2	月	15:50 ～ 16:50	1/25 ～ 3/22	7 回		4,000円	3,200円	・けのび 5m ・顔上げ板キック 7m ・背浮き 3秒
2202			16:50 ～ 17:50						
2213			17:50 ～ 18:50						
2203		火	15:50 ～ 16:50	1/12 ～ 3/23	10 回		5,720円	4,580円	
2204			16:50 ～ 17:50						
2214			17:50 ～ 18:50						
2205		水	15:50 ～ 16:50	1/6 ～ 3/24	12 回		6,860円	5,490円	
2206			16:50 ～ 17:50						
2215			17:50 ～ 18:50						
2207		木	15:50 ～ 16:50	1/7 ～ 3/18	10 回		5,720円	4,580円	
2208			16:50 ～ 17:50						
2216			17:50 ～ 18:50						
2209		金	15:50 ～ 16:50	1/8 ～ 3/19	11 回		6,290円	5,030円	
2210			16:50 ～ 17:50						
2211			17:50 ～ 18:50						
2212		土	9:00 ～ 10:00	1/9 ～ 3/13	10 回		5,720円	4,580円	
2301	レベル3	月	15:50 ～ 16:50	1/25 ～ 3/22	7 回		4,000円	3,200円	・呼吸付き板キック 12.5m ・面かぶりクロール 6m ・背面板キック 12.5m
2302			16:50 ～ 17:50						
2304		火	16:50 ～ 17:50	1/12 ～ 3/23	10 回		5,720円	4,580円	
2306		水	16:50 ～ 17:50	1/6 ～ 3/24	12 回		6,860円	5,490円	
2314			17:50 ～ 18:50						
2308		木	16:50 ～ 17:50	1/7 ～ 3/18	10 回		5,720円	4,580円	
2315			17:50 ～ 18:50						
2309		金	15:50 ～ 16:50	1/8 ～ 3/19	11 回		6,290円	5,030円	
2310			16:50 ～ 17:50						
2311			17:50 ～ 18:50						
2312		土	9:00 ～ 10:00	1/9 ～ 3/13	10 回		5,720円	4,580円	

↑レベル1～3は子ども用プール（水深70～80㎝）　↓レベル4～7は25mプール（水深1.2～1.3m）

2401	レベル4	月	16:30 ～ 17:30	1/25 ～ 3/22	7 回	各8名	4,000円	3,200円	・板付きクロール 12.5m ・背面キック（きをつけ） 12.5m
2402		火	16:30 ～ 17:30	1/12 ～ 3/23	10 回		5,720円	4,580円	
2410			17:30 ～ 18:30						
2404		水	16:30 ～ 17:30	1/6 ～ 3/24	12 回		6,860円	5,490円	
2405		木	16:30 ～ 17:30	1/7 ～ 3/18	10 回		5,720円	4,580円	
2407		金	16:30 ～ 17:30	1/8 ～ 3/19	11 回		6,290円	5,030円	
2409		土	8:50 ～ 9:50	1/9 ～ 3/13	10 回		5,720円	4,580円	
2501	レベル5	月	16:30 ～ 17:30	1/25 ～ 3/22	7 回		4,000円	3,200円	・クロール、背泳ぎ 各25m
2502		火	17:30 ～ 18:30	1/12 ～ 3/23	10 回		5,720円	4,580円	
2503		水	16:30 ～ 17:30	1/6 ～ 3/24	12 回		6,860円	5,490円	
2504		木	16:30 ～ 17:30	1/7 ～ 3/18	10 回		5,720円	4,580円	
2506		金	17:30 ～ 18:30	1/8 ～ 3/19	11 回		6,290円	5,030円	
2507		土	8:50 ～ 9:50	1/9 ～ 3/13	10 回		5,720円	4,580円	
2602	レベル6	水	17:30 ～ 18:30	1/6 ～ 3/24	12 回		6,860円	5,490円	・クロール、背泳ぎ 各50m ・平泳ぎ 25m
2603		金	17:30 ～ 18:30	1/8 ～ 3/19	11 回		6,290円	5,030円	
2702	レベル7	水	17:30 ～ 18:30	1/6 ～ 3/24	12 回		6,860円	5,490円	・クロール、背泳ぎ 各75m ・平泳ぎ 50m ・バタフライ25m

※レベル6、7個別での募集となりますが、人数が少ない場合は合同で開講することがあります。内容はレベル毎のカリキュラムとなります。
※当協会が管理する他施設のプール教室を受講されている方は申込時にお申出ください。

«記録表について» 納入期間～教室3回目までに提出

幼児ペンギン・イルカ・クジラ（1月～3月）

■5～6歳対象教室■

※幼児対象教室は多くの方に受講していただくため、1人1コースのお申込みとなります。
※受講期間中に対象年齢になられる方も受講できます。

番号	レベル	曜日	時間	期間（予定）	回数	定員	受講料（税込） 一般	障がいのある方	現在の泳力のめやす
1101	ペンギン	火	14:50 ～ 15:50	1/12 ～ 3/23	10 回	各8名	5,720円	4,580円	・はじめて水泳を習う方 ・顔つけ、けのび、背浮きを練習中
1102		水	13:50 ～ 14:50	1/6 ～ 3/24	12 回		6,860円	5,490円	
1103			14:50 ～ 15:50						
1104		木	13:50 ～ 14:50	1/7 ～ 3/18	10 回		5,720円	4,580円	
1105			14:50 ～ 15:50						
1106		金	14:50 ～ 15:50	1/8 ～ 3/19	11 回		6,290円	5,030円	
1107		土	9:00 ～ 10:00	1/9 ～ 3/13	10 回		5,720円	4,580円	
1203	イルカ・クジラ	木	14:50 ～ 15:50	1/7 ～ 3/18	10 回		5,720円	4,580円	◎イルカ ・けのび・背浮き ◎クジラ ・顔上げ板キック7m グラインドキック5m・背面板キック7m

※イルカ・クジラ：合同での開講ですが、内容はレベル毎のカリキュラムとなります。
※当協会が管理する他施設のプール教室も受講されている方は申込み時にお申出ください。
※受講料の【障がいのある方】とは、障がい者手帳および障害児通所支援受給者証をお持ちの方となります。
«記録表について» 納入期間～教室3回目までに提出

親子教室（1～3月）

■3～4歳のお子様と保護者様対象教室■

※受講期間中に対象年齢になられる方も受講できます。

番号	教室名	曜日	時間	期間（予定）	回数	定員	受講料（税込） 一般	障がいのある方
1501	親子教室	土	10:00 ～ 11:00	1/9 ～ 3/13	10 回	8組	5,720円	4,580円
親子で一緒に色々な遊具を使い、遊び感覚で水と慣れ親しみ、今後の水泳へのステップアップにつながります。								

オムツが完全に取れ、排泄の意思表示ができる方のみお申込みできます。
親子教室受講の保護者の方は、受講料の他に毎回施設利用料が必要です。
また、保護者の方で妊娠されている方は、ご遠慮ください。
※受講料の【障がいのある方】とは、障がい者手帳および障害児通所支援受給者証をお持ちの方となります。

フィットネス（1月～3月）

■16歳（高校生）以上の方対象教室■

番号	教室名	曜日	時間	期間（予定）	回数	定員	受講料（税込） 一般	65歳以上	障がいのある方	指導員
5101	シニアアクア	月	10:00 ～ 11:00	1/25 ～ 3/22	7 回	16名	4,390円	3,950円	3,510円	小林
65歳以上の方を対象とした、筋力アップを取り入れた水中プログラムです。（64歳以下の方も受講できます。）										
5102	水中ウォーキング	火	13:50 ～ 14:50	1/12 ～ 3/23	10 回	各16名	6,270円	5,640円	5,020円	牛腸
5103			14:50 ～ 15:50							
5104		金	13:50 ～ 14:50	1/8 ～ 3/19	11 回		6,900円	6,210円	5,520円	川上
5105			14:50 ～ 15:50							
歩行運動にバリエーションを加え、個々の運動レベルに合わせて参加できるプログラムです。										
5106	アクアビクス	金	18:50 ～ 19:50	1/8 ～ 3/19	11 回	16名	6,900円	6,210円	5,520円	河越
5107	脂肪燃焼アクア	火	11:50 ～ 12:50	1/12 ～ 3/23	10 回	16名	6,270円	5,640円	5,020円	前田
既存のアクアビクスよりも運動量が多く、脂肪燃焼が期待できます。										

※申込人数及び参加人数により、コース巾を増減する場合がございます。
※受講料の【障がいのある方】とは、障がい者手帳及び障害児通所支援受給者証をお持ちの方となります。

成人教室（1月～3月）

■16歳（高校生）以上の方対象教室■　※受講料の【障がいのある方】とは、障がい者手帳および障害児通所支援受給者証をお持ちの方となります。

番号	レベル	曜日	時間	期間（予定）	回数	定員	受講料（税込） 一般	65歳以上	障がいのある方
3101	レベル1～3	木	10:00 ～ 11:00	1/7 ～ 3/18	10 回	各8名	5,720円	5,150円	4,580円
3102		土		1/9 ～ 3/13	10 回				
3201	レベル2～3	水	18:50 ～ 19:50	1/6 ～ 3/24	12 回		6,860円	6,180円	5,490円
3401	レベル4	火	10:00 ～ 11:30	1/12 ～ 3/23	10 回		7,650円	6,880円	6,120円
3402		木		1/7 ～ 3/18	10 回		7,650円	6,880円	6,120円
3403		火	18:50 ～ 20:20	1/12 ～ 3/23	10 回		7,650円	6,880円	6,120円
3405	レベル4～5	土	17:50 ～ 19:20	1/9 ～ 3/13	10 回		7,650円	6,880円	6,120円
3501	レベル5	火	10:00 ～ 11:30	1/12 ～ 3/23	10 回		7,650円	6,880円	6,120円
3502		金	12:00 ～ 13:30	1/8 ～ 3/19	11 回		8,410円	7,570円	6,730円
3601	レベル5～6	火	13:00 ～ 14:30	1/12 ～ 3/23	10 回		7,650円	6,880円	6,120円
3602	レベル6	金	12:00 ～ 13:30	1/8 ～ 3/19	11 回		8,410円	7,570円	6,730円
L5からL6への導入となり、L5を継続されている方向けです。									

泳法別教室（1月～3月）

※受講料の【障がいのある方】とは、障がい者手帳および障害児通所支援受給者証をお持ちの方となります。

■16歳（高校生）以上、当教室レベル4以上、対象コースの泳法を習ったことがある方対象■

番号	教室名	曜日	時間	期間（予定）	回数	定員	受講料（税込） 一般	65歳以上	障がいのある方
3902	レベルアップ平泳ぎ	月	11:50 ～ 12:50	1/25 ～ 3/22	7 回	8名	4,000円	3,600円	3,200円

■16歳（高校生）以上、クロール・背泳ぎ各25m以上泳げる方対象■

番号	教室名	曜日	時間	期間（予定）	回数	定員	受講料（税込） 一般	65歳以上	障がいのある方
3904	バタフライ基礎	月	10:50 ～ 11:50	1/25 ～ 3/22	7 回	8名	4,000円	3,600円	3,200円

※当教室のレベルについては下記の泳力の目安表をご参照ください。

ゆったり（1月～3月）

※成人、泳法別、ゆっくりの教室は、複数のコースにお申込みできます。
ただし、受講決定後のキャンセルはできませんので、受講可能な範囲でお申込みください。

■16歳（高校生）以上の方対象教室■

番号	教室名	曜日	時間	期間（予定）	回数	定員	受講料（税込） 一般	65歳以上	障がいのある方
4101	レベル1～3	月	11:50 ～ 12:50	1/25 ～ 3/22	7 回	各8名	4,000円	3,600円	3,200円
4102		木		1/7 ～ 3/18	10 回		5,720円	5,150円	4,580円
4401	レベル4	月	13:00 ～ 14:30	1/25 ～ 3/22	7 回	各16名	5,350円	4,820円	4,280円
4402		木		1/7 ～ 3/18	10 回		7,650円	6,880円	6,120円
4501	レベル5	月	13:00 ～ 14:30	1/25 ～ 3/22	7 回	各8名	5,350円	4,820円	4,280円
4502		木		1/7 ～ 3/18	10 回		7,650円	6,880円	6,120円
4601	ゆったり平泳ぎ	水	11:50 ～ 12:50	1/6 ～ 3/24	12 回		6,860円	6,180円	5,490円

※受講料の【障がいのある方】とは、障がい者手帳および障害児通所支援受給者証をお持ちの方となります。

レベル	現在の泳力のめやす
レベル1	初めて泳ぐ方、水への恐怖心を持っている方
レベル2	水慣れができた状態、けのび3～5m、背浮きが3秒できる方
レベル3	面かぶりクロール6m、背面キック5～7mできる方
レベル4	クロール・背泳ぎが25mできる方
レベル5	クロール・背泳ぎ各50m、平泳ぎ25mできる方
レベル6	4泳法を泳ぐことができる方

施設利用料金				
ロッカー使用料：1回50円（中学生以下の方は無料）				
区分	当日券	回数券（6枚綴り）	1ヵ月券	共通1ヵ月券
一般	580円	2,900円	5,800円	8,600円
高校生	280円	1,400円	2,800円	4,610円
中学生	無料			
高齢者（65歳以上）	140円	700円	1,400円	2,300円

西区体育館・温水プール
063-0825 札幌市西区発寒5条8丁目9-1
011-662-2149

札幌市体育館グループ指定管理者
一般財団法人 札幌市スポーツ協会
私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します