

水泳

たいそう

クッキング



期

# 短期集中講習会



**同時開催！夏の入会キャンペーン～この夏、できる自分へ～**

キャンペーン詳細、6月末公開!!!施設までお問い合わせ願います

**登録期間** 7/1(水)～8/30(日) 登録期間中に通常教室へ入会手続きをされた方対象

お子さまの身体活動の場を提供できるよう職員一丸となって取り組みます。詳しい開催要項は、裏面をご覧ください



公益財団法人体力づくり指導協会

君津メディカルスポーツセンター TEL.0439-88-0611

君津市西君津 11-1 [www.tairyoku.or.jp/](http://www.tairyoku.or.jp/)



営業時間:平日・土曜 10:00～21:00/日曜・祝日 10:00～19:00 施設休館:月曜日

K-2606NP-0064

# 夏期 短期集中講習会

## 水 泳

水に慣れてもっと泳げるようになろう！

		日程	時間	対象	定員	受講料	クラス	バス
4日間連続	I期	7/21(火)~7/24(金)	9:00~10:00 (60分間)	4歳~小学6年生	80名	各期 8,200円	①初心者 ②基本泳法習得 ③トレーニング	①
	II期	7/28(火)~7/31(金)			40名		①初心者	②
	III期	8/4(火)~8/7(金)			40名		②基本泳法習得(バタフライ除く)	③
曜日選択制	IV期	7/1(水)~7/28(火) のうち固定曜日選択(4日間)	火・金 16:00~17:00 水・木 15:30~16:30 水・木 16:30~17:30	4歳~小学4年生	30名	各期 8,200円	①初心者	×
	V期	8/1(土)~8/29(土) のうち固定曜日選択(4日間) ※8/11(火)は休講(振替対象) ※8/15(土)は休講(振替対象外)	土 13:30~14:30 土 14:30~15:30 土 15:30~16:30 土 16:30~17:30 (60分間)		30名			

①初心者	運動嫌いや、水嫌い克服に挑戦！顔つけ、潜る、バタ足で“泳ぐ”を学びます
②基本泳法習得	クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライからひとつ泳法を選択し、25m完泳を目指します
③トレーニング	スタート・ターンの技術を習得するとともに、長くきれいに泳ぐことを目指します

お子さまの泳力にあわせてクラス分け！

## たいそう

たいそうの“できた”を増やそう！

		日程	時間	対象	定員	受講料	内容	バス
4日間連続	I期	7/28(火)~7/31(金)	9:00~10:00 (60分間)	4歳~小学6年生	15名	各期 8,200円	【マット】側転 【跳び箱】開脚とび 【鉄棒】逆上がりの練習	②
	II期	8/4(火)~8/7(金)			15名		③	
	III期	8/25(火)~8/28(金)		小学生	10名		【マット】ロンダート 【跳び箱】台上前転 【鉄棒】空中逆上がりの練習	×
曜日選択制	IV期	7/1(水)~7/28(火) のうち固定曜日選択(4日間)	【ベーシッククラス】 火・水・金 16:15~17:15 木・土 15:30~16:30 (60分間)	4歳~小学6年生	12名	各期 8,200円	【鉄棒】の練習をメインにおこないません	
	V期	8/1(土)~8/29(土) のうち固定曜日選択(4日間) ※8/11(火)は休講(振替対象) ※8/15(土)は休講(振替対象外)			12名		【マット】の練習をメインにおこないません	

## クッキング

お家でもご飯を作れるようになろう！

		日程	時間	対象	定員	受講料	内容	バス	
1日間	I期	7/31(金)	11:00~13:00 (120分間)	小学3~6年生	各期 9名	各期 2,900円	ごはん、夏野菜の巻きまき肉ロール わかめと卵のスープ シュワシュワフルーツポンチ	×	
	II期	8/7(金)		小学生			各期 9名		ごはん、夏野菜の巻きまき肉ロール わかめと卵のスープ ベリーのパレーズンヨーグルト
	III期	8/9(日)					各期 9名		ごはん、夏野菜の巻きまき肉ロール わかめと卵のスープ シュワシュワフルーツポンチ

※都合によりプログラム内容が変更になる場合があります

※講習を欠席した場合、他の日程への振替はできません  
※最少催行人数に達しない場合は中止することがあります

### 送迎バス



- 運行方面：中野・中富・北子安・南子安・杵師・常代・外箕輪方面
- 施設維持費：1,500円
- 対象：小学生以上
- 申込方法：下記QRコードからお申込みください
- 申込切：①7/11(土) ②7/18(土) ③7/25(土)

『当法人の個人情報保護方針に基づき、個人情報を正確かつ安全に取り扱うことに努めます』

### STEP 1 6/14(日) 先着申込開始！

以下2通りの方法からお申込みください

会員登録されている方または、以前に講習会へ参加しご自身の情報を登録済の方

右記のQRコードを読み取り、マイページの「イベントをお申し込む」からお申込みください



初めて講習会に申込される方

右記のQRコードを読み取り、イベントを選択受講者情報をご入力の上お申込みください



### STEP 2

#### 受講料支払

6/19(金) ~  
受講初日5営業日前までに  
施設受付にて  
受講料をお支払いください

※期日までにお支払いがない場合  
他の方に権利を委譲いたします

### STEP 3

講習会受講

申込方法

定員になり次第、締切とさせていただきます

■各種イベントキャンセル 以下のキャンセル料を支払うことでキャンセルができます。講習開始3日前~講習開始前日までは受講料の半額、講習開始日以降は受講料の全額