



2026年度(9月・10月)

水泳教室 大人

- ★各教室に1回800円で参加できます。
- ★全回数、一括でのお支払いも可能です。
- ★下記教室の中から好きな教室に参加できます。
- ★初めて教室に参加される方は申込書の記入が必要になります。
- ★参加希望の方は開始10分前までに事務所窓口にお越しください。
- ★都合により教室の日程が変更になる可能性があります。

	教室名	定員 (対象)	時間	日程	料金	内容
月	水中健康体操 [運動強度☆☆☆]	定員20名 (16歳以上)	月曜日 10:05～10:55 (入場10:00～)	9/7・14・28 10/5・19・26 (全6回)	1回¥800 (1括¥4,800)	ゆったりとしたプログラムで 初めての方も安心です。
	4泳法マスター [運動強度☆☆☆]	定員20名 (16歳以上)	月曜日 12:00～12:50 (入場11:50～)	9/7・14・28 10/5・19・26 (全6回)	1回¥800 (1括¥4,800)	脱・自己流！ 基本から4泳法を マスターしましょう♪
	はじめよう スイミング [運動強度☆☆☆]	定員20名 (16歳以上)	月曜日 13:00～13:50 (入場12:50～)	9/7・14・28 10/5・19・26 (全6回)	1回¥800 (1括¥4,800)	水中歩行で体重移動をしながら、 泳ぎの手や足を動かしていく 水慣れスイミングです。
水	初級者スイミング [運動強度☆☆☆]	定員20名 (中学生以上)	水曜日 19:00～19:50 (入場18:50～)	9/2・9・16・30 10/7・14・21・28 (全8回)	1回¥800 (1括¥6,400)	4泳法25m 完泳を目指しましょう♪
木	すいすい水泳 [運動強度☆☆☆]	定員20名 (16歳以上)	木曜日 10:05～10:55 (入場10:00～) 木曜日 13:00～13:50 (入場12:50～)	9/17 10/15・29 9/3・10 10/1・8	1回¥800 (1括¥5,600)	水泳を始めてみたい！ もう少し泳げるようになりたい！ お客様のペースに合わせて 練習をしていきます。
金	ウキ浮き エクササイズ [運動強度☆☆☆]	定員20名 (16歳以上)	金曜日 19:00～19:50 (入場18:50～)	9/4・11・18・25 10/2・9・16・23・30 (全9回)	1回¥800 (1括¥7,200)	リズムに合わせて フールでエクササイズ♪



◆見学・観覧可能です。見学をご希望の方は、
事務所窓口またはプール受付にお声かけください。



【会員登録（初回限定）】

※前回の教室参加時に登録された方は記入不要です。

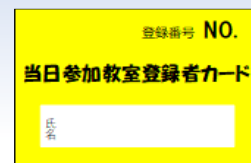
①初回、受付窓口にて「当日参加教室登録申込書」にご記入いただきます。

②「当日参加教室登録者カード」を発行させていただきます。

※教室参加にあたりご記入いただいた情報は、教室運営のみに利用し、その他の目的には使用いたしません。

No.	受付日 年 月 日		
【当日参加教室登録申込書】			
氏名		性別	年齢
住所			
緊急連絡先	指導中の職員、スタッフが空いたら記入ください		
備考欄			

(記入)



(発行)

【参加方法】

都度払いと一括払いが選べます。

＜都度払いの場合＞

①事務所窓口にて「当日参加教室登録者カード」を提示して参加ご希望の教室開始前に受講料800円をお支払いください。

②事務所窓口にて「当日参加カード」と「青いゴムバンド」をお渡しします。



＜一括払いの場合＞

①事務所窓口にて参加ご希望の初回教室開始前に「大人の教室一括払い申込書」にご記入いただきます。

②教室受講料をお支払いください。

※教室を欠席された場合の減額・返金・振替はできません。

③受付捺印後、申込書の半券をお渡しします。

④申込書の半券をプール窓口で提示し入退場をしてください。

大人の教室一括払い申込書	
この度はあきる野市市民プール水泳教室にお申し込みいただき、誠にありがとうございます。	
※教室を欠席した場合は減額・返金・振替はできません。	
※支払い後の返金はできません。	
※このカードが有効な17日の有効期限がありますので、お支払い後、必ずお持ちください。	
持ち物	水筒・水泳帽子・タオル・ゴーグル(任意)
教室名	
時間	10:00～11:50 (入場: 10:50～)
氏名	
印	
大人の教室一括払いの半券(有効期限: 9月10日)	
教室名	
フリガナ	
氏名	
住所	
電話番号	
※このカードを有効にするには、必ずこの半券をプール窓口で提示してください。	はい・いいえ
※このカードは、必ずこの半券をプール窓口で提示してください。	

※2回目以降は受付窓口へ寄らず、直接プール窓口で入退場してください。青いゴムバンドはありませんが、指導員に伝えていただきますので、そのままプール場内へ入場ください。

【お支払いについて】

◆教室開始前までにお支払いを済ませてからの参加をお願いいたします。

※お支払いの際は「当日参加教室登録者カード」をご持参ください。



みなさまのご参加を
心よりお待ちしております♪

《あきる野市民プール》

☎042-550-1711

<https://akiruno-pool.com>

