

講座番号

1

親子でレッツスイミング！

講師：森田 義廣（もりた よしひろ）

講座概要

親子で受講する講座です。大人も子どもも、家政大自慢の「綺麗なプール」で思いっきり体を動かしましょう。
レベルに合わせたレッスンで、運動不足解消やスキルアップに効果あり！

講座スケジュール

日時	土曜日（全8回）14：00～15：30
① 10月14日（土）	ガイダンス、クラス分け、水中運動・歩行、進度にあわせて4泳法
② 10月28日（土）	
③ 11月 4日（土）	④ 11月11日（土）
⑤ 11月18日（土）	⑥ 11月25日（土）
⑦ 12月 2日（土）	⑧ 12月 9日（土）
12月16日（土）	

④ 11月11日（土）
⑤ 11月18日（土）
⑥ 11月25日（土）
⑦ 12月 2日（土）
⑧ 12月 9日（土）

タイムトライアル（記録会）

予備日（開講日に実施できなかった場合のみ）

定員	① 親（泳力10～25M程度）10名 ② 小4～中学生（泳力10～25M程度）5名 ③ 4歳～小3 10名 ※学年は4月1日現在でお申し込みください。 ④ 及び ③は①の親と同伴参加となります（レッスンは別となります） ◎やむを得ず親が欠席の場合は、必ず付添いの方が（成人）必要となります。
受講料	①…16,000円 ②…8,000円 ③…4,000円
持ち物	水着・スイミングキャップ・ゴーグル・タオル・バスタオル
受講対象	プールでの集団指導を受けるうえで、健康上問題のない方とします。



講師：森田 義廣（もりた よしひろ）

一般財団法人板橋区水泳連盟 専務理事

1953年東京都生まれ 新生ビルテクノ(株)プール事業部水泳指導教育係担当