

平成28年度 白根総合公園屋内プール スポーツ教室

(16教室 326コマ)

(イベント2つ)

【水泳】

No.	教室名	期	日程												曜日	時間	講師	対象	定員	費用 (参加料)	内容	申込方法	決定方法	
			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫										
1	みんなの水泳 はじめて クロール・背泳ぎコース	春	4/18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20				月	10:30~ 11:30	新潟水泳協会 レディース部	泳げない 15歳以上 (中学生を除く)	各コース 15名	8回 参加料4,800円 10回 参加料6,000円 12回 参加料7,200円	水慣れからはじめ、クロール・背泳ぎで25m完泳を目指します。	窓口・電話・HP	場 定 員 を 超 え た
		秋	9/12	26	10/3	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12										
		冬	1/16	23	30	2/6	13	20	27	3/6														
2	みんなの水泳 しっかり クロール・背泳ぎコース	春	4/18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20			月	10:30~ 11:30	新潟水泳協会 レディース部	20m・背泳ぎで 25m泳げる 15歳以上 (中学生を除く)	各コース 15名	8回 参加料4,800円 10回 参加料6,000円 12回 参加料7,200円	ターンを習得し、クロール・背泳ぎで50m完泳を目指します。	窓口・電話・HP	場 定 員 を 超 え た	
		秋	9/12	26	10/3	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12										
		冬	1/16	23	30	2/6	13	20	27	3/6														
3	みんなの水泳 平泳ぎ・バタフライ コース	春	4/18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20			月	10:30~ 11:30	新潟水泳協会 レディース部	20m・背泳ぎで 50m泳げる 15歳以上 (中学生を除く)	各コース 15名	8回 参加料4,800円 10回 参加料6,000円 12回 参加料7,200円	平泳ぎ・バタフライで25m完泳を目指します。	窓口・電話・HP	場 定 員 を 超 え た	
		秋	9/12	26	10/3	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12										
		冬	1/16	23	30	2/6	13	20	27	3/6														
4	シニア水泳 はじめて クロール・背泳ぎコース	春	4/14	21	28	5/12	19	26	6/2	9	16	23			木	14:30~ 15:30	外部講師	泳げない 60歳以上 (中学生を除く)	各期 15名	参加料3,000円 入場料(1回) 500円or200円	水慣れからはじめ、クロール・背泳ぎで25m完泳を目指します。	窓口・電話	先 着 順	
		秋	9/15	29	10/6	13	20	27	11/10	17	24	12/1												
		冬	1/19	26	2/2	9	16	23	3/2	9	16	23												
5	短期ちびっこ水泳 1・2年生コース	春	5/9	11	16	18	23	25	30	6/6					月・水・木	17:20~ 18:20	スタッフ	泳げない 小学1・2年生	各期 15名	参加料1,600円 入場料(1回)200円	水慣れからはじめ、クロールで25m完泳を目指します。そのほか背泳ぎを導入程度。	窓口・電話	先 着 順	
		秋	5/12	13	19	20	26	27	6/2	3														
		冬	6/8	9	10	13	15																	
6	短期ちびっこ水泳 3・4年生コース	春	5/9	11	16	18	23	25	30	6/6					月・水・木	17:20~ 18:20	スタッフ	泳げない 小学3・4年生	各期 15名	参加料1,600円 入場料(1回)200円	水慣れからはじめ、クロールで25m完泳を目指します。そのほか背泳ぎを導入程度。	窓口・電話	先 着 順	
		秋	5/12	13	19	20	26	27	6/2	3														
		冬	6/8	9	10	13	15																	
7	短期ちびっこ水泳 5・6年生コース	春	5/9	11	16	18	23	25	30	6/6					月・水・木	17:20~ 18:20	スタッフ	泳げない 小学5・6年生	各期 15名	参加料1,000円 入場料(1回)200円	水慣れからはじめ、クロール・背泳ぎで25m完泳を目指します。	窓口・電話	先 着 順	
		秋	5/12	13	19	20	26	27	6/2	3														
		冬	6/8	9	10	13	15																	
8	ナイト水泳 はじめて クロール・背泳ぎコース	春	4/13	20	27	5/11	18	25	6/1	8	15	22			水	19:30~ 20:30	外部講師	泳げない 15歳以上 (中学生を除く)	各期 15名	参加料3,000円 入場料(1回) 500円or200円	水慣れからはじめ、クロール・背泳ぎで25m完泳を目指します。	窓口・電話	先 着 順	
		秋	9/14	21	28	10/5	12	19	26	11/2	9	16												
		冬	1/18	25	2/1	8	15	22	3/1	8	15	22												
9	ナイト水泳 〇〇コース	春	4/15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24	7/1			金	19:30~ 20:30	外部講師	20~425m泳げる 15歳以上 (中学生を除く)	各期 15名	参加料3,000円 入場料(1回) 500円or200円	(対象の泳法で)25m完泳を目指します。	窓口・電話	先 着 順	
		秋	9/16	23	30	10/7	14	21	28	11/4	11	18												
		冬	1/20	27	2/3	10	17	24	3/3	10	17	24												
10	教えて水泳	通年	7/	8/	9/										金	13:30~ 14:30	ボランティア 指導者	プール 個人利用の方	なし	入場料(1回) 500円or200円	ボランティアスタッフが優しく丁寧に泳ぎのコツをワンポイントアドバイスいたします。	当日 その場で		
		7/	8/	9/																				
		7/	8/	9/																				

【フィットネス、その他】

No.	教室名	期	日程												曜日	時間	講師	対象	定員	費用 (参加料)	内容	申込方法	決定方法
			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫									
11	プールde健康	春	4/15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24	7/1			金	10:30~ 11:30	スタッフ	15歳以上 (中学生を除く)	各70名	参加料5,000円	水中でのウォーキング、筋力トレーニング、レクリエーション等で健康の維持増進を図ります。	窓口・電話・HP	場 定 員 を 超 え た
		秋	9/16	23	30	10/7	14	21	28	11/4	11	18											
		冬	1/20	27	2/3	10	17	24	3/3	10	17	24											
12	アクアエクササイズ (午前)	春	4/16	23	30	5/7	14	21	28	6/4					土	10:30~ 11:15	外部講師	15歳以上 (中学生を除く)	各70名	参加料4,600円	水中で行うエアロビクスダンスです。	窓口・電話・HP	場 定 員 を 超 え た
		秋	10/15	22	29	11/5	12	19	26	12/3													
		冬	1/21	28	2/4	18	25	3/4	11	18													
13	無料体験 プールde健康	春	4/8												金	10:30~ 11:30	スタッフ	15歳以上 (中学生を除く)	各70名	参加料+入場料 無料	プールde健康の無料体験会です。	窓口・電話・HP	先 着 順
		秋	9/14	21	28	10/5	12	19	26														
		冬	12/16																				
14	らくらくアクア フィットネス	春	4/13	20	27	5/11	18	25	6/1	8	15	22			水	14:30~ 15:15	外部講師	15歳以上 (中学生を除く)	各20名	8回 参加料1,800円 7回 参加料2,100円 10回 参加料3,000円 ※入場料(1回) 500円or200円	水中で行うウォーキングとエアロビクスダンスです。	窓口・電話	先 着 順
		秋	9/14	21	28	10/5	12	19	26														
		冬	1/18	25	2/1	8	15	22	3/1	8	15	22											
15	アクアエクササイズ (夜)	春	4/18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20			月	19:30~ 20:15	外部講師	15歳以上 (中学生を除く)	各20名	8回 参加料2,400円 10回 参加料3,000円 ※入場料(1回) 500円or200円	水中で行うエアロビクスダンスです。	窓口・電話	先 着 順
		秋	9/12	26	10/3	17	24	31	11/7	14	21	28											
		冬	1/16	23	30	2/6	13	20	27	3/6													
16	親子deちゃぶ	春	5/9	6/13	7/11										月	14:30~ 15:30	スタッフ	幼児と 保護者	20組	参加料なし 保護者のみ 入場料(1回) 500円or200円	浮き具等を使用し、親子で触れ合い、楽しく遊べます。	窓口・電話	先 着 順
		秋	9/12	10/17																			
		5/9	6/13	7/11																			

イベント

No.	イベント名	日程	曜日	時間	講師	対象	定員	費用 (参加料)	内容	申込方法	決定方法
1	白根総合公園屋内プール 親子ふれあいプール祭り	7月2日	土	10:00~ 11:30	スタッフ	親子 (一般利用者)	各コーナーで 先着順	未定 ※一般開放時間とさせて もらい、一般開放の中で いろいろなイベントを行う	水辺の安全教室(ペットボトル浮遊体験) ・25mタイムアタック(クロール、ビート板バタ足) ・ロングビート板横渡りゲーム ・幼児プール宝探しゲーム など	当日 直接	先 着 順
2	アクアフェスティバル ~無料体験会~	10月1日	土	10:00~ 11:00	外部講師 2~3名	小学生以上	70名	無料	アクアエクササイズの無料体験会、小学生以上が対象なので親子で楽しみ、複数の講師による指導で要に楽しめます。	電話・窓口	先 着 順

別紙3

イベントの実施

- 1 イベント「白根総合公園屋内プール 親子ふれあいプール祭り」 開催要項
- 2 イベント「白根総合公園屋内プール アクアフェスティバル」 開催要項

別紙3-1

【イベント】

平成 28 年度 白根総合公園屋内プール親子ふれあいプール祭り 開催要項

1. 内 容 夏がはじまる時期の恒例行事として、ペットボトル浮遊体験、水辺の安全教室といった子供を水から守るプログラムや、25m タイムアタック(クロール、ビート板バタ足)、幼児プール宝探しゲーム など、親子で楽しめるプログラムを行い、水を良く知り、親しみ、楽しむ機会を提供する。
2. 主 催 (公財)新潟市開発公社(担当:白根総合公園屋内プール)
3. 期 日 7月2日(土曜日)
4. 時 間 時間未定(午前中)
5. 会 場 白根総合公園屋内プール
6. 対 象 一般利用者
7. 定 員 各行事 20 名程度ずつ×5行事程度
8. 指 導 員 (公財)新潟市開発公社職員
9. 参 加 料 なし(入場料必要)
10. 持 参 品 水着、水泳帽子、水中ゴーグル、バスタオル
11. 申込方法 当日、その場で申し込む
12. 申 込 ・ 問 合 せ 先 〒950-1214 新潟市南区上下諏訪木 1775-1
白根総合公園屋内プール スポーツ教室担当
電話 025(378)4435 FAX 025(378)4655
メール shironepool@niigata-kaikou.jp

