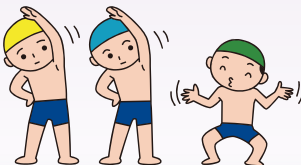




第2期プール・トレーニング教室のご案内

「自己流レッスンでは、なかなか楽に泳げない。」とお悩みの方には、レッスンの受講をおすすめします。今年夏こそ、美しく効率の良いフォームをマスターしましょう♪
泳ぎにも必要な筋力は、トレーニングルームで強化しましょう。
各教室の新規申込みをお考えの方は、継続・クラス変更の申込み終了後の空き状況を、お電話でご確認の上お申込みください。



	月	水	木	金	土
10:00	幼児スイム (年中～年長) キッズスイム (小・中学生) 選手・育成 (小学生～高校生) 大人スイム (高校生以上)		初心・初級 10:50～11:50	木 10:00～12:00 トレーニング教室	
14:00		中級・上級 13:45～14:45	初級 13:45～14:45	中級・上級 13:45～14:45	
15:00	幼児 15:00～15:55	幼児 15:00～15:55	幼児 15:00～15:55	幼児 15:00～15:55	
16:00	18～7級 16:00～17:00	幼児 16:00～16:55	18～7級 16:00～17:00	18～7級 16:00～17:00	
17:00	18～7級 17:00～18:00	18～7級	18～7級	18～7級	
18:00	18～7級 18:00～19:00	18～7級	8～1級	8～1級	選手・育成 17:00～19:00
19:00	6級～プラチナ 19:00～20:00	6級～プラチナ	6級～プラチナ	6級～プラチナ	
20:00	初心・初級 20:00～21:00	選手・育成	中級	選手・育成	
21:00					

- 申込開始
 - ・ 6月12日(月) 継続申込開始
 - ・ 6月18日(日) クラス変更申込開始
 - ・ 6月24日(土) 新規申込開始
 - 教室開始
 - ・ 平成29年7月3日(月)より順次スタート
 - 受講料
 - ★ 幼児・キッズスイム 5,200円/全10回
別途保険料 800円
 - ★ 選手・育成スイム 18,000円/全28回
別途保険料 小中学生 800円 高校生 1,850円
 - ★ 大人スイム 6,300円/全10回
 - ★ トレーニング教室 4,600円/全10回
別途大人保険料 1,850円 or 1,200円
- ※大人スイム、トレーニング教室同時受講の方は、どちらか一方で保険にご加入ください。

※スポーツ安全保険料は1年度間有効です。既にH29年度保険料を納入済みの方は不要です。
大人の保険料はお申込み時点の年齢(64歳以下と65歳以上)で異なりますのでご注意ください。
クラス分け参考泳力、申込開始・締切日時等詳細は、各教室の要綱を受付・HPで必ずご確認の上お申込みください。



熱中症にご注意ください ♡

直射日光の屋外はもちろん、高温多湿の屋内プールでもこれからの季節は、十分な注意が必要です。
水中でも汗をかいています。「のどが渇いたなあ」と思う前に、水分・塩分補給を行って自主的に休憩をとることをおすすめします。
スイミングスクールの保護者の方にも、教室前後のお子様の水分補給をお願いします。
観覧中のご家族の方もご注意ください。
普段からいい汗かいて運動していると、熱中症にもなりにくいですよ～♪



トレーニングルームを初めてご利用になる方へ

- 初回講習会のご案内
 - 対象：中学生以上
 - トレーニング機器を初めてご利用になる方(他施設でも未経験)や、初めて当施設を利用する中学生(全員)は、初回講習会を電話・窓口でご予約ください。初回講習受講後、利用可能。
 - ★ 実施時間★
 - 初回講習会は、通常 11:00 から閉館時刻の2時間前までの毎時 00 分に受講可能です。(所要時間：約 1 時間)
 - ※一般開放の時間帯を、行予定表でご確認ください。
 - ★ 準備物★
 - ・ トレーニングウェア
 - ・ 室内専用の運動用シューズ
 - ・ 学生証(中学生)
 - ・ 飲み物(缶以外で蓋のできるもの)
- ※Gパン・作業着・サンダル等トレーニングに相応しくない服装でのご利用はできません。

お知らせ

屋外50mプール開きについて

屋外50mプールは、7月1日～9月15日の期間、ご利用いただけます。
期間中は夏期限定料金になり、プールの「1回券」と「回数券」がお安くなります。
7月・8月は休館日なし! 日曜・祝日の営業も午後9時まで時間延長。(受付は30分前に終了。)
※25m温水プールは、小学生は25m以上の泳力が必要です。(未就学児はご利用いただけません。)
50mプールのご利用は、大人の方も50m以上の泳力が必要です。
料金等詳細は、HP・水馬7月号でご確認ください。





6月行事予定

香川県立
総合水泳プール
平成29年6月号



日	曜日	行 事	一般の方が利用できる時間帯	
			屋内25mプール	トレーニングルーム
1	木		10:00~21:00	12:00~21:00
2	金		10:00~21:00	10:00~21:00
3	土	第57回香川県高校総体水泳競技大会	×	×
4	日	〃	×	×
5	月		10:00~21:00	10:00~21:00
6	火	休館日		
7	水		10:00~21:00	10:00~21:00
8	木		10:00~21:00	12:00~21:00
9	金		10:00~21:00	10:00~21:00
10	土	日赤水安指導員講習会 ※午後からの会議室レッスン休講	10:00~21:00	10:00~21:00
11	日	香川県中学校学年別水泳競技大会	×	×
12	月		10:00~21:00	10:00~21:00
13	火	休館日		
14	水		10:00~21:00	10:00~21:00
15	木	※午後からの会議室レッスン休講	10:00~21:00	12:00~21:00
16	金		10:00~21:00	10:00~21:00
17	土		10:00~21:00	10:00~21:00
18	日	無料健康スポーツセミナー 10:00~11:30	10:00~17:00	10:00~17:00
19	月		10:00~21:00	10:00~21:00
20	火	休館日		
21	水		10:00~21:00	10:00~21:00
22	木		10:00~21:00	12:00~21:00
23	金		10:00~21:00	10:00~21:00
24	土		10:00~21:00	10:00~21:00
25	日	高松市オープン水泳大会	×	×
26	月		10:00~21:00	10:00~21:00
27	火	休館日		
28	水	香川誠陵中学校水泳実習 13:00~16:00	10:00 ~ 13:00 16:00 ~ 21:00	10:00~21:00
29	木		10:00~21:00	10:00~21:00
30	金		10:00~21:00	10:00~21:00

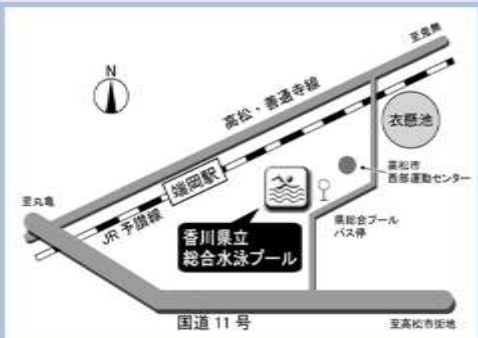
- 受付・券売は、開館時刻の10分前に始まり、閉館時刻の30分前に終了いたします。
 - 4/1~9/30の期間中、一般開放している土曜日は、“一般利用の小中高生限定”でプール無料開放を行っています。但し、小学生は25m以上の泳力が必要です。行事予定をご確認の上、ご利用ください。
 - トレーニング教室実施の木曜日については、トレーニングルームの一般利用は12時からです。
 - 大会へは便乗や、公共交通機関をご利用ください。施設周辺での路上駐車は固くお断りいたします。
- ※行事予定は天災等の影響、設備の状況等により変更する場合があります。



平成29年度利用料金 【4/1~6/30】		当日券	回数券 (11枚綴り)	定期券	
				1ヶ月	3ヶ月
プール使用料	一般	530円	5,340円	4,240円	10,600円
	小中高生	370円	3,700円	2,960円	7,400円
トレーニングルーム 使用料	一般	210円	2,160円	1,720円	4,320円
	中高生	150円	1,540円	1,230円	3,080円
プール・トレーニングルーム セット料金	一般	570円	—	5,180円	12,960円
	中高生	390円	—	3,370円	8,430円

平成26年4月1日改定

回数券の有効期限は購入日より1年間です。
 ※小学生の25mプール一般利用は、25m以上の泳力が必要です。
 ※トレーニングマシン未経験者・中学生は初回講習会を必ずご予約ください。
 ※7/1~9/15はプールの「当日券」「回数券」が夏期限定利用料金になります。



問い合わせ ☎761-8042

香川県高松市御厨町 1585-1
 四電ビジネス・シンコースポーツグループ

Tel 087-885-3821 Fax 087-885-3642

<http://www.kagawa-sspool.jp/>