

大人向けスイミング教室『スイミングサークル』・『スイミングスクール代官山』のご案内

『スイミングサークル』・『スイミングスクール代官山』ではスクール生を募集しています！！

目的：生涯スポーツとして、水泳を楽しめるような泳力を身につける

水泳の基礎技術を習得し、きれいに楽に泳げるようになる

費用：各クラス6,000円／毎月

別途 1,000円(年1回) 事務手数料・教室時適応の保険加入料として

※現在、企画・予定しているスペシャルイベントへの優先参加権利もついております

持ち物：水着（身体にフィットしているもの）帽子・ゴーグル（任意）・タオル

※ラッシュガードの着用は、技術向上の妨げとなるためご遠慮いただいております

ロッカ一代100円（リターン式となります。取り忘れにご注意ください。）

※貴重品はお持ちにならないようにお願いいたします。

紛失・盗難の責任は負いかねますので予めご了承ください。

（貴重品ロッカーは地下1階事務室横に設置しております）

大人向けスイミング教室 『スイミングサークル』					
曜日	場所	プール	対象	時間	内容
火曜日	代官山スポーツプラザ	メインプール	50M 1分以内で泳げる方	7：30～8：30 (受付：7：15～7：30)	4種目 インターバルトレーニング フォームチェックなど
木曜日	代官山スポーツプラザ	メインプール	50M 1分以内で泳げる方	7：30～8：30 (受付：7：15～7：30)	4種目 インターバルトレーニング フォームチェックなど

大人向けスイミング教室 『スイミングスクール代官山』					
曜日	場所	プール	対象	時間	内容
火曜日	代官山スポーツプラザ	メインプール	25M完泳できる方 (途中立っても可)	8：45～9：45 (受付：8：30～8：45)	クロール、背泳ぎ、平泳ぎ バタフライの泳ぎ方を学ぶ
木曜日	代官山スポーツプラザ	メインプール	25M完泳できる方 (途中立っても可)	8：45～9：45 (受付：8：30～8：45)	クロール、背泳ぎ、平泳ぎ バタフライの泳ぎ方を学ぶ

※プール換水及び年末年始の休場に伴い、1か月ごとの教室実施回数にバラつきがございます。

祝日・休館日・年末年始・水の入れ替え日と重なった場合は、お休みとなります。

【教室の流れ】

・教室開始15分前より地下2階プール受付にてチェックインを行ってください

※教室開始時間を過ぎて受付をする場合は、事前に施設までご連絡ください

・受付でチェックイン後、更衣室で着替えプールサイドに集合してください

【注意事項】

・教室直前の食事は嘔吐の原因となるため、お控えくださいようお願いいたします

・教室終了後、更衣室が混雑いたします。シャワー・洗面台は譲り合ってご利用ください

・指導員が交通機関の遅れ等で指導できない場合は、指導メニューに沿って練習を実施いたします

<新型コロナウイルス感染予防>

◎施設の取り組み



①除菌



②検温



③消毒・清掃



④ソーシャルディスタンス



⑤マスク着用



⑥会話を控えて

◎参加者へのお願い

- ・館内ではマスクの着用をお願いします。
- ・入場時は、備え付けのアルコール消毒液にて手指の消毒を行ってください。
- ・来館前に検温をお願いいたします。発熱や咳等体調が優れない場合は、教室の参加はご遠慮ください。
- ・ご本人またはご家族に、『風邪症状』がある場合は教室の参加はご遠慮ください。
- ・ご本人またはご家族が新型コロナウイルスに感染した場合や濃厚接触者となった場合は、施設へご連絡いただくとともに、自宅待機期間（保健所が設けている自宅待機期間）が明けるまでは教室への参加はご遠慮ください。
- また、ご本人またはご家族でPCR検査を受検した場合（濃厚接触者ではない方）は検査結果が陰性と確定されるまでは教室への参加はご遠慮ください。
- ・施設内での見学はご遠慮ください。

感染予防対策にご理解・ご協力ををお願いいたします。

PLAY ! SPORTS SHIBUYA パートナーズ