

# ～令和4年度 継続教室のご案内～

脱退するまで継続する、通年の水泳教室です！

【お問合せ・お申込み】  
千住温水プール ☎3882-2601



泳力レベル等、まずは  
お電話でご相談ください。

## 千住本町ジュニア(火曜日)

【対象】クロール・平泳ぎともに25m以上泳げる小学生 10名  
 【内容】背泳・バタフライまで4泳法等、水泳大会に出場できるくらいの練習をします。  
 【日時】火曜日 18:30～19:20 ※日程は右表をご覧ください。→  
 【受講料】5,600 円/月 ※月の初日までにお支払いください。

4月	4/5・12・26、5/10
5月	5/17・24・31、6/7
6月	6/14・21・28、7/5
9月	9/6・13・27、10/4
10月	10/11・25、11/1・8
11月	11/15・22・29、12/6
1月	1/10・17・24・31
2月	2/7・14・21・28
3月	3/7・14・21・28

年度の途中からでも  
ご参加いただけます！

## 大人の本町クラブ(火曜日)

【対象】クロール・平泳ぎともに50m以上泳げる16歳以上の方 10名  
 【内容】50分間に800mめざして泳ぐ練習をします。  
 【日時】火曜日 13:30～14:20 ※日程は右表をご覧ください。→  
 【受講料】5,600 円/月 ※月の初日までにお支払いください。



4月	4/5・12・26、5/10
5月	5/17・24・31、6/7
9月	9/6・13・27、10/4
10月	10/11・25、11/1・8
11月	11/15・22・29、12/6
1月	1/10・17・24・31
2月	2/7・14・21・28
3月	3/7・14・21・28

## 千住本町マスターズ(金曜日)

【対象】クロール・平泳ぎともに50m以上泳げる16歳以上の方 10名  
 【内容】50分間に1,500mめざして泳ぐ練習をします。  
 【日時】金曜日 18:30～19:20 ※日程は右表をご覧ください。→  
 【受講料】5,600 円/月 ※練習が3回の月は4,200 円です。

4月	4/1・8・15	10月	10/7・14・28
5月	5/6・13・20・27	11月	11/4・11・18・25
6月	6/3・10・17・24	12月	12/2・9・16・23
7月	7/1・8・15	1月	1/6・13・20・27
8月	お休みです。	2月	2/3・10・17・24
9月	9/2・9・16・30	3月	3/3・10・17・24