

親子じゃぶじゃぶⅢ教室受講の皆様へ

- 1 階温水プール受付に出席簿が設置してあります。受付は開講時間の15分前より始めます。
- 水着、水泳帽子（ゴーグル）、タオル、泳力カード（初回に配布）をお持ちください。
毎回各自で出席簿に押印し、泳力カードを受付けに預けて更衣室に入ってください。
※水泳帽子には、前面に大きく名前を記入しておいてください。
- 教室終了後は速やかに退場してください。教室終了後、引き続き遊泳する場合は、あらためて受付けをしてからご利用ください。通常1回利用料金（大人：500円）をお支払ください。
- 体の調子の悪いときは、無理をしないでください。また、受講中に変調をきたしたときは、すぐ中止するか講師に申し出てください。協会災害補償制度を設けておりますが、万一事故が起きた場合、応急処置と給付手続きを除いて責任を負いかねますので、無理をしないで怪我のないよう十分ご注意ください。
- 盗難防止のため、必ずコインロッカー（小型10円）をご利用ください。
- 次の場合、教室は変更または中止いたします。
①名古屋市で開講2時間前に暴風警報又は暴風雪警報（いずれも特別警報含む）が発表されている場合。
②震災・事故、その他教室の開催が困難と判断した場合。（当館にご確認ください）
- お申し込み後は、原則として本講座・教室の申し込み契約を解除できません。
また、納入された受講料等は原則としてお返しできません。
- プール以外での、水着での移動は控えてください。

指導内容 親子のふれあいを通して水に慣れ親しみます。

（内容は変更する場合がございますので予めご了承ください）

★開講時間／金曜日（10時30分～11時30分）

回	開講日	内容
1	1 / 12	水慣れ(顔洗い、水吹き、シャワー等)
2	1 / 19	水中歩行(カニ、ワニ、ジャンプ、輪くぐり等)
3	1 / 26	顔付け、バブリング、息止め、にらめっこ等)
4	2 / 2	もぐり(玩具を使用)
5	2 / 9	総まとめをします

スポーツ教室
NESPAポイントカード引換
ポイント数は受講日数

講師 (有)リープ 長谷川一恵

お問合せ先 名古屋市中スポーツセンター

TEL (052) 232-2327 FAX (052) 232-2364

「指定管理者：（公財）名古屋市教育スポーツ協会 NESPA」