

始めましょう♪続けましょう♪健康寿命を延ばしましょう♪

初心者水泳教室

1月~3月
土曜11時



息継ぎや泳ぎ方に不安のある方。教室に通って、もっと楽に、華麗に泳いでみませんか。

参加費 ¥6,000

※参加費は初回の説明会にて徴収します
1/11(土)10時50分~ 体育館1階会議室にて

令和6年度
練馬区スポーツアクションプラン委託事業

キリトリセン

開催日 全12回



●土曜日

●11時10分~12時40分

2025年1月 11日 ①

18日 ②

25日 ③

2月 1日 ④

8日 ⑤

15日 ⑥

22日 ⑦

3月 1日 ⑧

8日 ⑨

15日 ⑩

22日 ⑪

29日 ⑫

15名
先着順



場所：上石神井体育館プール

対象：18歳以上の運動可能な方

問合：03-3929-8100(事務局)

NPO法人スポーツクラブホワイエ上石神井

177-0044 練馬区上石神井1-32-37

初心者水泳教室申込書

※切：先着順

問い合わせ電話 03-3929-8100 へ Fax、メール、木箱へ投函下さい

NPO法人スポーツクラブホワイエ上石神井 宛て

●2025年1月からの 土曜初心者水泳教室③期 参加を申し込みます。記入日 月 日

住所			
氏名/年齢	男・女	(年齢)	才
電話・携帯	携帯		
緊急連絡先 (本人以外)	<input type="checkbox"/> 以前からの継続	<input type="checkbox"/> 初めて	