

令和6年度川越市総合福祉センター プール講座年間計画表

対象	講座名	人数	回数	2月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	内容	応募条件
(1)	水泳・初級	25	8	広													クロールの基本を学んで、上手に泳げるように練習します	なし
(2)	高 アクアビクス	25	6		広												水中で足腰に負担を掛けずに体を動かします	なし
(3)	精 泳法別（平泳ぎ・背泳ぎ）	20	8				広										平泳ぎ又は背泳ぎの基本を学んで、上手に泳げるように練習します	呼吸つきクロールで25m以上泳げる方
(4)	水中運動	20	6						広								水中で音楽に合わせて体を動かします	なし
(5)	水泳・初級	20	8								広						クロールの基本を学んで、上手に泳げるように練習します	なし
(6)	身・知 夏休みプールあそび	10	4				広										プールで仲良く楽しく遊びましょう	18歳以下の方対象
(7)	身 水中運動	8	6		広												道具を使って水中で体を動かします ※泳ぎの指導は行いません	なし
(8)	水泳・初級	8	8						広								バタ足やクロール等、泳ぎの基本を練習します	なし
(9)	水中運動	20	6	広													水中で音楽に合わせて体を動かします	なし
(10)	水泳・初級	20	8				広										泳ぎの基本を学びます	なし
(11)	知 水泳・水慣れ	20	6								広						水に慣れるや泳ぎにつなげる練習をしよう	なし
(12)	アクアビクス	20	6									広					水中で足腰に負担を掛けずに体を動かします	なし
(13)	なし ワンポイントアドバイス	なし	なし														泳ぎ方や水中運動などのアドバイスをします（個別指導）	予約随時受付 ※お問い合わせはプールスタッフまで

※対象 高…60歳以上の方 身…身体障害者手帳所持児・者 精…精神障害者保険福祉手帳所持者 知…療育手帳所持児・者

※「広」は、社協だより掲載月、色が塗られている月が開催予定月になります

※水泳の教室は、クロールの練習を中心とした教室です

掲載している内容は変更になる場合があります。