

スポーツプログラム2020

NPO法人アクアゆめクラブ

A	送迎	スポーツレッスン	参加費	曜日	時間帯	活動場所	内 容
1	○	アクアドリームス（野球）	3,000円	水曜日 土曜日	水曜日 18:00-19:45 土曜日 09:00-10:45	屋内運動場・野球場	基礎から応用まで楽しくゲームをします
2	—	テニス（硬式）	1,700円	第1・3日曜	13:00-15:00	テニスコート	基本からゲームまで楽しみます
B	送迎	エンジョイスポーツ	参加費	曜日	時間帯	活動場所	内 容
1	—	エンジョイバドミントン	2,500円	火曜日	19:00-21:00	向洋中学校	初心者歓迎！ゲームを中心に楽しみます (対象：中学生以上)
2	○	エンジョイバドミントンキッズ	2,000円	木曜日	19:00-20:30	七ヶ浜中学校	基本の打ち方からゲームまで楽しみます (対象：小学生)
3	○	エンジョイサッカー	2,000円	土曜日	10:00-12:00	フットサルコート	パス練習やミニゲームを楽しみます 女の子の参加も歓迎します！（対象：小学生）
4	○	エンジョイバスケットボール	2,000円	土曜日	13:30-15:00	松ヶ浜小学校	ドリブル・パスなど基礎からゲームまで楽しみます (対象：小学生)
C	送迎	シニア体カアップ	参加費	曜日	時間帯	活動場所	内 容
1	○	いきいき水曜クラス	2,000円	水曜日	10:00-11:30	武道館	リズム体操やボール、ゴムバンドを使った運動で楽しみながら筋力・体カアップを目指します
2	○	いきいき木曜クラス	2,000円	木曜日	10:00-11:30	武道館	
D	送迎	放課後子ども教室	参加費	曜日	時間帯	活動場所	内 容
1	○	ゆめキッズ	1,500円 (送迎代込)	木曜日	放課後～17:00	各小学校体育館 (月によって変わります)	放課後に学校施設を利用して、宿題やみんなで運動をします ※放課後、学校までバスで迎えに行き、活動場所まで移動します。
E	送迎	競技者育成（部活動後方サポート）	参加費	曜日	時間帯	活動場所	内 容
1	—	ユースバドミントン	4,500円	火曜日 土曜日	火曜日 19:00-21:00 土曜日 18:00-21:00	向洋中学校 七ヶ浜中学校	基礎から実践の指導、大会入賞を目指します
F	送迎	プールレッスン	参加費	曜日	時間帯	対 象	内 容
1	○	スイミーキッズ W-1クラス	2,500円	水曜日	15:30-16:25	泳カステージ1-4	①1ステージの水なれから8ステージの4泳法まで、レベル別に指導します。 ・1ステージ：水なれ ・2ステージ：バタ足 ・3ステージ：クロール ・4ステージ：背泳ぎ ・5ステージ：平泳ぎ ・6ステージ：バタフライ ・7、8ステージ：4泳法 ②5、7、9、11、1、3月に進級テストを行います。 ③スイミーキッズ指定のキャップ(500円)の購入が必要となります。
	○	スイミーキッズ W-2クラス	2,500円		16:30-17:25	泳カステージ2-8	
	○	スイミーキッズ T-1クラス	2,500円	木曜日	15:30-16:25	泳カステージ1-4	
	○	スイミーキッズ T-2クラス	2,500円		16:30-17:25	泳カステージ2-8	
	○	スイミーキッズ F-1クラス	2,500円	金曜日	15:30-16:25	泳カステージ1-4	
	○	スイミーキッズ F-2クラス	2,500円		16:30-17:25	泳カステージ2-8	
	○	スイミーキッズ F-3クラス（開設予定）	2,500円		17:30-18:25	泳カステージ7・8	
	○	スイミーキッズ S-1クラス	2,500円	土曜日	10:05-11:00	泳カステージ1-4	
○	スイミーキッズ S-2クラス	2,500円	11:05-12:00		泳カステージ2-8		
2	○	成人スイミング 午前クラス	2,500円	水曜日	10:30-11:30	中学生以上	4泳法習得を目的としたレベル別の指導となります。また、マスターズ大会参加を目指します。
	○	成人スイミング 午後クラス	2,500円		19:30-20:30		
G	送迎	アクティブサークル	参加費	曜日	時間帯	主な活動場所	内 容
1	—	トレッキング（夢歩会）	3,000円前後	毎月 第3火曜日		行き先によって時間が異なります	案内人のもとトレッキングを楽しみます

- ・ A～Gまでそれぞれプログラムの回数が異なりますので、各教室年間カレンダーをお渡しします。
- ・ プログラム内容に変更がある場合もありますので、ご了承ください。
- ・ 費用につきましては、年会費、各教室参加費、スポーツ保険加入料が必要となります。詳細につきましては、お問い合わせください。

NPO法人アクアゆめクラブ 【住所】七ヶ浜町吉田浜宇野山1-2 【電話】022-357-7920

