

令和5年2月21日

成人会員各位

NPO富山スイミングクラブ

## 東富山温水プール臨時休館およびスクール休講延長のお知らせ

東富山温水プール25mプール天窓安全点検の結果、施設臨時休館が延長し、令和5年4月23日(日)まで休館となりました。

施設の休館に伴い、東富山温水プールでのスクールを4月末まで休講いたします。受講生の皆様にはご迷惑をお掛けしますが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

なお、4月に荒川校(富山市民プール)の既存クラスを受講いただけますので、ご希望の方は同封の荒川校成人コース案内をご覧ください。

### 3月・4月受講料について

【デイ会員】 受講料引落しはありません。お手続きも必要ありません。

【スクール・フリー会員】 更新期限および回数券の使用期限延長を2か月追加します。

### 荒川校(富山市民プール)既存クラス受講方法

受講に際してお手続きは不要です。同封の荒川校プログラムおよび荒川校前期日程表を参照ください。 ※マイペースヨガ(木曜)、マスター(日曜)は受講いただけません。

- ① 荒川校のクラブ受付にて、会員証を提示のうえ、荒川校の回数券をご購入ください。  
通常クラス…5枚綴4,500円(有効期限3か月)  
転倒予防クラス…5枚綴3,000円(有効期限3か月)
- ② 会員証と回数券1枚を受付に出して更衣室に入場します。(入場は10分前から)

### 窓口営業・電話受付時間

【変更期間】 4月30日(日)まで

平日：10:00～18:00 土曜：10:00～16:00 ※昼休業時間帯 12:30～13:30

休業日 2月 日・月・火・祝日

3月 日・火・祝日・3月23日(木)

4月 日・月・火・祝日・4月1日(土)・4月3日(月)

### その他

令和5年5月より通常どおりの開催を予定しています。

スクール再開のご案内は個別にいたしません。変更等がありましたら「れんらくアプリ」またはホームページにてお知らせいたします。

【お問合せ】 NPO富山スイミングクラブ東富山  
TEL 076-438-5531

# ★NPO 富山スイミングクラブ 成人コース案内★

【対象】高校生以上の健康な方

【入会時に必要なもの】

- 入会金 または 年会費      ● 月会費（1ヶ月分）      ● 顔写真1枚（4×3.5cm スナップ可）
- 通帳・届出印鑑              ● 印鑑（認め印）

※ 一旦納入された会費等は、特別な理由がない限り一切返金できません。

※ 各種届出は、毎月15日までに指定用紙ご記入の上、ご提出ください。

休会料：1ヶ月 500円      変更料：1回 200円

【料金プラン】

会員種別	入会金	月会費	プール利用時間			プラン説明
			曜日	10:00～ 16:00	18:30～ 20:30	
個人	2,000円	7,000円	火～日	●	●	<ul style="list-style-type: none"> <li>・10～20時のスクール※を受講できます</li> <li>・全フリータイムを利用できます</li> <li>・転倒予防クラス受講時は回数券が必要です</li> </ul>
デイ	2,000円	5,500円	火～土	●	×	<ul style="list-style-type: none"> <li>・10～15時のスクール※を受講できます</li> <li>・デイフリータイムを利用できます</li> <li>・転倒予防クラス受講時は回数券が必要です</li> </ul>
ナイト	2,000円	4,500円	火～金	×	●	<ul style="list-style-type: none"> <li>・19～20時のスクール※を受講できます</li> <li>・ナイトフリータイムを利用できます</li> <li>・転倒予防クラス受講時は回数券が必要です</li> </ul>
ヨガ	2,000円	2,500円	—	—	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヨガの指定クラスを受講できます</li> <li>・1クラス 定員 18名</li> <li>・ヨガ以外のクラス受講時は回数券が必要です</li> </ul>

※ヨガを除く

【回数券でスクールを受講するプラン】

会員種別	初回 年会費	更新料 (1年毎)	曜日	プラン説明
スクール	2,000円	1,000円	火～土	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スクールだけを受講される方向けのプラン</li> <li>・スクール受講時は別途ご購入いただく回数券が必要です</li> </ul>
フリー	2,000円	1,000円	火～土	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市民プール年間使用券をお持ちの方を対象としたプラン</li> <li>・年間使用券の期限内のみ在籍できます</li> <li>・プールのご利用はスクール時間を含め1日2時間です</li> <li>・スクール受講時は別途ご購入いただく回数券が必要です</li> </ul>

【回数券料金】

回数券名	対象	料金（5枚綴）	説明
スクール回数券	スクール会員 ヨガ会員	4,500円	<ul style="list-style-type: none"> <li>・回数券の有効期限は購入日から3か月です</li> <li>・ヨガは回数券では受講できません</li> </ul>
	フリー会員	3,500円	
転倒予防回数券	全会員	3,000円	

※ 疾病・障害をお持ちの方や、既往歴によっては入会をお断りする場合がありますので、ご了承ください。

※ 2階での教室のみご参加の方は、別途100円で更衣室・シャワーをご利用いただけます。

<お問合せ> **NPO 富山スイミングクラブ** [TEL] **076-425-1568**

〒930-0982 富山市荒川4丁目1-70（富山市民プール内）

HPIはこちら



# ★ 成人コース プログラム ★

	火	水	木	金	土	日
10:00	10:00~10:45 らくらく アクア	成人/水10 初/中/上級		10:00~10:45 50歳からの カラダスッキリ 運動	10:00~10:45 成人/土 初/中/上級	マスター 上級
11:00	11:00~11:45 アクア ピクス	レディース 初/中級		11:00~11:45 散歩		
12:00						
13:00			13:00~13:50 マイペース ヨガⅠ			
14:00		成人/水14 初/中級	成人/ 木14 初/中級	14~14:50 マイ ペース ヨガⅡ		
15:00						
16:00						
17:00						
18:00						
19:00	成人/火 初/中級		成人/ 木19 初級	成人/金 初/中級		
20:00			しっかり 4泳法			
30						

2021.11

## スイミング

成人	初級：クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライを基本から練習します 中級：各泳法の上達を目指し、基本の復習・応用・ドリル練習を行います 上級：4泳法を50m以上泳げる方対象のレベルアップクラスです (上級は50mメインプール使用)
レディース	女性専用の水泳クラスです
しっかり4泳法	4泳法を25m以上泳げる方対象の、しっかり泳ぎこむクラスです
マスター	個人会員の方のみ参加できる水泳上級クラスです(50mメインプール使用)
フリータイム	教室開催日のみ、一般利用者と同様にプールエリアをご利用いただけます フリータイム終了時には更衣室を退出してください

## プールエクササイズ

[転]	らくらくアクア	プールヌードルを使ってカラダをほぐしながら、かんたんな運動を行います
	アクアピクス	音楽を使ってシンプルな動きで全身を動かします
	散歩	水中を様々な方法で歩き、レクリエーションも行います

## フィットネス(2階多目的ホール使用)

[ヨ]	マイペースヨガ	初心者向けのかんたんなヨガをメインに、ストレッチも行います ※要ヨガマット
[転]	50歳からの カラダスッキリ運動	脳トレやかんたんな有酸素運動、ストレッチでカラダをスッキリさせます

[転]…転倒予防クラス(専用チケットが必要です)

[ヨ]…ヨガ会員のみ、指定したクラスを受講できます

# 2023年度 NPO富山スイミングクラブ 前期日程表

- 成人教室開催日
- ◆ ジュニア教室開催日
- ◆ ジュニア進級テスト日

4月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	◆ 4	◆ 5	◆ 6	◆ 7	◆ 8
◆ 9	10	◆ 11	◆ 12	◆ 13	◆ 14	◆ 15
◆ 16	17	◆ 18	◆ 19	◆ 20	◆ 21	◆ 22
◆ 23	24	◆ 25	◆ 26	◆ 27	28	29
30						

1日~3日 春休み短期水泳教室

5月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	◆ 6
◆ 7	8	◆ 9	◆ 10	◆ 11	◆ 12	◆ 13
◆ 14	15	◆ 16	◆ 17	◆ 18	◆ 19	◆ 20
◆ 21	22	◆ 23	◆ 24	◆ 25	◆ 26	◆ 27
◆ 28	29	30	31			

6月						
日	月	火	水	木	金	土
				◆ 1	◆ 2	◆ 3
◆ 4	5	◆ 6	◆ 7	8	◆ 9	◆ 10
11	12	◆ 13	◆ 14	◆ 15	◆ 16	17
◆ 18	19	◆ 20	◆ 21	◆ 22	◆ 23	24
◆ 25	26	◆ 27	◆ 28	29	30	

8日 教育委員会初任者研修会      24日 市民体育大会  
 11日 A級富山大会  
 17日 富山市中学校選手権

7月						
日	月	火	水	木	金	土
						◆ 1
◆ 2	3	◆ 4	◆ 5	◆ 6	◆ 7	◆ 8
◆ 9	10	◆ 11	◆ 12	◆ 13	◆ 14	◆ 15
◆ 16	17	◆ 18	◆ 19	◆ 20	◆ 21	◆ 22
◆ 23	24	◆ 25	◆ 26	◆ 27	◆ 28	◆ 29
30	31					

10日~11日 保守点検  
 26日~28日 1期 夏休み短期水泳教室  
 30日~8/1 2期 夏休み短期水泳教室

8月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	◆ 3	◆ 4	◆ 5
◆ 6	7	◆ 8	◆ 9	◆ 10	11	12
13	14	15	16	◆ 17	◆ 18	◆ 19
◆ 20	21	◆ 22	◆ 23	◆ 24	◆ 25	◆ 26
◆ 27	28	◆ 29	◆ 30	31		

11日~16日 スクール休業

9月						
日	月	火	水	木	金	土
					◆ 1	◆ 2
3	4	◆ 5	◆ 6	◆ 7	◆ 8	◆ 9
◆ 10	11	◆ 12	◆ 13	◆ 14	◆ 15	16
◆ 17	18	◆ 19	◆ 20	◆ 21	◆ 22	23
◆ 24	25	26	27	28	29	◆ 30

3日 富山市ジュニアスイムフェスティバル  
 16日 富山市中学校新人大会  
 25日~26日 保守点検

- ※ 更衣室への入室は受講時間の10分前からです。
- ※ テスト日を前週に振替えられます。(要事前申込み)
- ※ 変更・休会・退会の各種届出は、前月15日までに手続きください。16日以降は翌々月扱いとなります。

日程および開催回数は、荒天や施設の休館等、やむを得ない事情により変更になる場合があります。  
 急な日程変更については、ホームページを確認いただくか、マイページ登録をお願いします。

ホームページ



### 営業時間

平日 10:00~20:30  
 土曜 10:00~19:00  
 日曜 10:00~17:30

休業日 月曜・祝日 他

[TEL] 076-425-1568