

「臨時水泳教室」「スポーツ・カルチャー・スケート体験教室」のご案内

<申込受付期間>

○1次受付：11月23日(土)9:50～12月4日(水)

○2次受付：12月8日(日)9:50～

<申込方法>	<p>○邦和みなとスポーツ&カルチャーホームページの「体験教室・イベント申込」よりお申込みください。</p> <p>※水泳の一般・親子コースを受講希望の方は、電話(052-654-0791)・総合受付窓口でもお申込みいただけます。</p> <p>※お申込み後の変更・キャンセルは受付いたしかねます。</p> <p>※水泳教室ジュニアコースについて、週2回受講をご希望の場合は、曜日ごとにお申込みください。「日曜日特別教室」と「月～土曜日教室」を組み合わせると週2回受講も可能です。</p> <p>※定員に達し次第、申込の受付を締め切らせていただきます。</p>
<支払方法>	<p>○総合受付窓口もしくは振込でお支払いください。</p> <p>※受講料は全て税込です。</p> <p>窓口：邦和みなとスポーツ・カルチャー総合受付にて現金でお支払いください。</p> <p>振込：以下の銀行口座にお振込みください。なお、振込手数料は会員さまでご負担ください。 三菱UFJ銀行 名古屋港支店 普通 0621750 東邦ガス不動産開発株式会社</p>
<その他>	<p>○「選手コース」の会員さまにつきましては、コーチより別途ご案内いたします。</p> <p>○水泳教室の開催場所は、名古屋スイミングクラブです。 名古屋南区汐田町6-23 TEL.052-822-1212 平日10:00～19:00/土曜日9:00～18:00</p> <p>○期間中の曜日、時間の変更はできません。</p> <p>○スポーツ・カルチャー・スケート教室の振替はございません。</p> <p>○「月～土曜日教室」は、名古屋スイミングクラブ受講生と合同レッスンになります。</p>

1. 臨時水泳教室

(1) 「日曜日特別教室」 ☆邦和みなとスイミング会員限定の特別教室です☆					
<p>○《幼児・ジュニアコース》通常は年間(4月～翌3月)46週制ですが、臨時教室(1・2月期)への参加で47週受講いただけます。</p> <p>○「日曜日特別教室」のみ、邦和みなとスポーツ&カルチャー⇄名古屋スイミング間をスクールバスが運行(※)いたします。スクールバスにご乗車いただけるのは、着替えが一人で行ける受講生のみとさせていただきます。</p>					
コース		開講時間	1月期日程	2月期日程	各期受講料
幼児 (※60分レッスン)	幼児	10:00～11:00 11:00～12:00	1/5、19、26、2/2 *幼児・初級・中級・上級クラスは、2/2に進級テストを行ないます。	2/9、16、23 *幼児・初級・中級・上級クラスは、2/23に進級テストを行ないます。	週1回7,810円 週2回9,900円
	ジュニア	初級 14:00～15:00 15:00～16:00			
	中級 10:00～11:00 11:00～12:00 15:00～16:00 16:00～17:00				
	上級 10:00～11:00 16:00～17:00				
	アクア上級 16:00～17:00				
一般 *各日程、コースは固定になります。	アクアピクス 11:00～12:00 レディース 14:00～15:00 成人 16:00～17:00	週1回7,920円 週2回10,010円			
		週1回6,930円			

(※)スクールバスの運行時刻は以下をご確認ください。スクールバスのご利用申込後に、別途「利用案内」をお渡しいたします。

教室時間	行き		帰り	
	邦和みなとS&C 出発	名古屋スイミングクラブ到着	名古屋スイミングクラブ出発	邦和みなとS&C到着
10:00～11:00	9:30	9:50	11:10	11:30
11:00～12:00	10:30	10:50	12:10	12:30
14:00～15:00	13:30	13:50	15:10	15:30
15:00～16:00	14:30	14:50	16:10	16:30
16:00～17:00	15:30	15:50	17:10	17:30

(2) 「月～土曜日教室」

※通常は年間(4月～翌3月)46週制ですが、臨時水泳教室(1・2月期)への参加で47週受講いただけます。
○ジュニアコース1月期の最終日とその前の講習日は進級テストを行ないます。

水泳教室(ジュニア)

	曜日	開講時間	1月期日程	2月期日程	各期受講料
幼児 (※60分レッスン)	月曜日	15:00～16:00	1/6、13、20、27	2/3、17、24	週1回7,810円 週2回9,900円
	水曜日	15:00～16:00	1/8、15、22、29	2/5、19、26	
	金曜日	15:00～16:00	1/10、17、24、31	2/7、21、28	
初級	月曜日	15:00～16:00	1/6、13、20、27	2/3、17、24	週1回7,920円 週2回10,010円
		17:00～18:00			
	火曜日	15:00～16:00	1/7、14、21、28	2/4、18、25	
		17:00～18:00			
	水曜日	15:00～16:00	1/8、15、22、29	2/5、19、26	
		16:00～17:00			
		17:00～18:00			
	木曜日	15:00～16:00	1/9、16、23、30	2/6、20、27	
		15:00～16:00			
		16:00～17:00			
	金曜日	16:00～17:00	1/10、17、24、31	2/7、21、28	
		17:00～18:00			
17:00～18:00					
土曜日	11:00～12:00	1/11、18、25、2/1	2/8、22、3/1		
	14:00～15:00				
	15:00～16:00				

中級	月曜日	17:00~18:00	1/6、13、20、27	2/3、17、24	週1回 7,920円 週2回10,010円
	火曜日	16:00~17:00	1/7、14、21、28	2/4、18、25	
		17:00~18:00			
	水曜日	15:00~16:00	1/8、15、22、29	2/5、19、26	
		17:00~18:00			
	木曜日	15:00~16:00	1/9、16、23、30	2/6、20、27	
		16:00~17:00			
		17:00~18:00			
	金曜日	16:00~17:00	1/10、17、24、31	2/7、21、28	
		17:00~18:00			
土曜日	11:00~12:00	1/11、18、25、2/1	2/8、22、3/1		
	14:00~15:00				
	15:00~16:00				
	16:00~17:00				

水泳教室（特上級・U18） ※一般遊泳はご利用いただけません。

特上級・U18	曜日	開講時間	1月期日程	2月期日程	各期受講料
	月・水・金	18:00~19:00	1/6~2/1	2/3~3/1	特上級:11,550円 U18:月4回6,930円/月7回9,240円
	土	17:00~18:00		※2/9~15は休館日	

水泳教室（親子）

※1/6(月)~2/28(金)の期間、小学校水泳教室開催のため『親子教室』の開催時間を変更いたします。詳細は別紙「臨時水泳教室の時間について」をご確認ください。

親子 (※45分レッスン)	曜日	開講時間	1月期日程	2月期日程	各期受講料
	月・水・金	10:00~10:45	1/6~2/1	2/3~3/1 ※2/9~15は休館日	月フリー4,950円

水泳教室（一般）*高校生以上

※日曜日特別教室への参加はできません。一般遊泳(月~木曜日12:30~15:00、金曜日12:00~15:00)もご利用いただけますが、教室開講中は利用可能なコースが限られます。

女性	曜日	開講時間	1月期日程	2月期日程	各期受講料
	月・火・木・金・土	11:00~12:00	1/6~2/1	2/3~3/1 ※2/9~15は休館日	月4回 6,930円 月フリー9,240円
水中ウォーキング	月曜日	14:00~15:00			
アクアエクササイズ	水・金	11:00~12:00	※1/6(月)~2/28(金)の期間、小学校水泳教室開催のため『女性』『水中ウォーキング』『一般遊泳』の開催時間を変更いたします。詳細は別紙「臨時水泳教室の時間について」をご確認ください。		
	火・木	14:00~15:00			
成人	月・水・金	19:30~20:30			
腰痛	火曜日	19:30~20:30			
	木曜日	19:00~20:00			
シェイプアップアクア	木曜日	20:00~21:00			

2. スポーツ・カルチャー・スケート教室

スケート教室（ジュニア）

キッズ	曜日	開講時間	対象年齢	1月期日程	2月期日程	各クラス 4,500円 (貸靴含む)
	月曜日	16:00~17:00	年少~小4	1/6・13・27	2/10・17・24	
	火曜日	16:00~17:00		1/7・14・21	2/4・11・18	
	水曜日	16:00~17:00		1/8・15・22	2/5・12・19	
	木曜日	16:00~17:00		1/9・16・23	2/6・13・20	
	土曜日	14:15~15:15		1/11・18・25	2/8・15・22	
ジュニア	月曜日	17:10~18:10		小1~中3	1/6・13・27	2/10・17・24
	火曜日	17:10~18:10	1/7・14・21		2/4・11・18	
	水曜日	17:10~18:10	1/8・15・22		2/5・12・19	
	木曜日	17:10~18:10	1/9・16・23		2/6・13・20	
	土曜日	15:45~16:45	1/11・18・25		2/8・15・22	

スケート教室 一般（高校生以上）

レディース	曜日	開講時間	対象年齢	1月期日程	2月期日程	各クラス 4,500円 (貸靴含む)	
	火曜日	10:30~11:30	高校生以上 *レディースは女性のみ	1/7・14・21	2/4・11・18		
	レギュラー	土曜日		13:00~14:00	1/11・18・25		2/8・15・22
	スタート	土曜日		15:45~16:45	1/12・19・26		2/9・16・23
サンデー③	日曜日	13:00~14:00					

スケート・ホッケー教室（一般・ジュニア合同）

サンデー①②	曜日	開講時間	対象年齢	1月期日程	2月期日程	各クラス 4,500円 (貸靴含む)
	日曜日	①10:00~11:00 ②11:15~12:15	小1~大人	1/12・19・26	2/9・16・23	
ホッケー	日曜日	15:00~16:00	年長~大人	1/12・19・26	2/9・16・23	(貸靴含む)

スポーツ・カルチャー教室（ジュニア）

	曜日	開講時間	対象年齢	1月期日程	2月期日程	各期受講料
ジュニアアスレチック	曜日	16:00~17:00	年少~年長	1/6・13・27	2/10・17・24	各クラス 4,500円
	月曜日	16:00~17:00	年少~年長	1/7・14・21	2/4・11・18	
	水曜日	16:00~17:00	年少~年長	1/8・15・22	2/5・12・19	
	木曜日	16:00~17:00 17:00~18:00	年少~年長 小1~小6	1/9・16・23	2/6・13・20	
	金曜日	16:00~17:00	年少~年長	1/10・17・24	2/7・14・21	
	土曜日	11:30~12:30	小1~小6	1/11・18・25	2/8・15・22	
ソフトテニス	月曜日	17:30~18:50	小1~中3	1/6・13・27	2/10・17・24	
	火曜日	17:30~18:50		1/7・14・21	2/4・11・18	
クラシックバレエ	火曜日	16:00~17:00	年少~小2及び初心者	1/7・14・21	2/4・11・18	
	水曜日	16:00~17:00	年少~小2及び初心者	1/8・15・22	2/5・12・19	
	土曜日	13:30~14:30	年中以上の初心者	1/11・18・25	2/8・15・22	
ジュニア卓球	火曜日	18:30~19:30	小4~中3	1/7・14・21	2/4・11・18	各クラス 3,500円
合気道	木曜日	18:15~19:15	小1~小6（少年部）	1/9・16・23	2/6・13・20	
体幹トレーニング	木曜日	18:00~19:00	小1~高3	1/9・16・23	2/6・13・20	
バトントワリング	木曜日	16:30~18:00	3才~中3	1/9・16・23	2/6・13・20	
空手	月曜日	16:45~18:15	年中~中3	1/6・13・27	2/10・17・24	
		18:30~20:00	小4~中3			
	金曜日	16:00~17:00	年中~年長（幼児）	1/10・17・24	2/7・14・21	
		17:00~18:30	年中~中3			
		18:30~20:00	小4~中3			
土曜日	10:00~11:30	年中~中3	1/11・18・25	2/8・15・22		
	13:00~14:30	年中~中3				
かけっこ	日曜日	10:00~11:00	年中~小6	1/12・19	2/2・16	2,800円
書道	火曜日	16:00~18:00	小1~中3	1/7・14・21	2/4・11・18	3,000円
	木曜日	16:00~18:00		1/9・16・23	2/6・13・20	3,000円

※ソフトテニス：中学2年生以上の経験者の方は、（一般）のクラスでも受講可能です。

スポーツ教室（一般・ジュニア合同）

	曜日	開講時間	対象年齢	1月期日程	2月期日程	各期受講料
柔道	水曜日	18:30~19:30	小1~一般(高校生以上)	1/8・15・22	2/5・12・19	3,500円
合気道	木曜日	19:30~20:45	中1~一般(青年部)	1/9・16・23	2/6・13・20	4,500円

スポーツ教室（一般） *高校生以上

	曜日	開講時間	1月期日程	2月期日程	各期受講料
エアロビクス	木曜日	19:15~20:30	1/9・16・23	2/6・13・20	各クラス 4,500円
楽しい簡単エアロビクス	火曜日	13:00~14:15 *初心者向け	1/7・14・21	2/4・11・18	
3B体操	水曜日	10:00~11:30	1/8・15・22	2/5・12・19	
		13:00~14:30			
社交ダンス	火曜日	13:30~14:30	1/7・14・21	2/4・11・18	
太極拳	火曜日	10:00~11:30	1/7・14・21	2/4・11・18	
美容バレエ	木曜日	11:15~12:15	1/9・16・23	2/6・13・20	
クラシックバレエ	月曜日	18:30~19:30	1/6・13・27	2/10・17・24	
ピラティス	金曜日	10:30~11:30	1/10・17・24	2/7・14・21	
優しい筋トレ体操	金曜日	10:30~11:30	1/10・17・24	2/7・14・21	
心と体の リフレッシュヨガ	火曜日	10:00~11:30	1/7・14・21	2/4・11・18	
		13:00~14:30			
アンチエイジングヨガ	木曜日	10:00~11:30	1/9・16・23	2/6・13・20	
ソフトテニス *ソフトテニス（一般）は、 中学2年生以上の経験者も 受講可能です。 火曜日の19:00~は 上級者向けのクラスです。	月曜日	10:00~11:20	1/6・13・27	2/10・17・24	
		11:30~12:50			
		14:00~15:20			
	火曜日	19:00~20:20	1/7・14・21	2/4・11・18	
		10:00~11:20			
金曜日	11:30~12:50 14:00~15:20	1/10・17・24	2/7・14・21		
卓球	火曜日	9:30~12:00 (講師指導10:00 ~11:00)	1/7・14・21	2/4・11・18	
		12:30~15:00 (講師指導13:00 ~14:00)			
	木曜日	12:30~15:00 (講師指導13:00 ~14:00)	1/9・16・23	2/6・13・20	
金曜日	12:30~15:00 (講師指導13:00 ~14:00)	1/10・17・24	2/7・14・21		
ビックルボール	火曜日	13:00~15:30 (講師指導13:30 ~14:30)	1/14・28	2/4・25	3,350円
フラダンス	木曜日	13:30~14:30	1/9・23	2/6・20	3,480円
ランニングクラブ	金曜日	19:30~21:00	1/10・24	2/7・21	4,450円
瞑想&筋力UPヨガ	火曜日	10:00~11:30	1/7・21	2/4・18	2,800円
筋肉を使って緩めるヨガ	火曜日	19:30~20:30	1/14・28	2/4・18	2,250円
冷えむくみ解消ヨガ	水曜日	10:30~11:30	1/8・22	2/12・26	2,250円
快眠リラックスヨガ	水曜日	19:30~20:30	1/8・22	2/12・19	2,250円

カルチャー教室（一般） *高校生以上

	曜日	開講時間	1月期日程	2月期日程	各期受講料
書道	月曜日	10:00~12:00	1/6・13・27	2/10・17・24	3,500円
	木曜日	10:00~12:00	1/9・16・23	2/6・13・20	3,500円
彫金※	金曜日	10:00~12:00	1/10・17・24	2/7・14・21	3,500円
		13:30~15:30			3,500円
パッチワーク※	金曜日	10:00~12:00	1/10・17・24	2/7・14・21	3,500円
花まゆ※	月曜日	10:00~12:00	1/6・27	2/3・17	3,350円
ガラスアート※	木曜日	13:15~15:15	1/23	2/20	1,700円

※の講座は、別途材料費が必要です。彫金：各2,750円、パッチワーク：500円、花まゆ：2,750円、ガラスアート1,000円

当施設には他にも「邦和みなとゴルフ」・「邦和みなとインドアテニス」・「ボルダリングジム」・「スポーツジム」等
 様々なスポーツ施設がございます。
 この機会に是非、邦和みなと 各施設のご利用をお願いいたします。