

SAGAアクア 2024年度 第1クール自主事業カレンダー 2024.4~7

4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	○ 1回目	休場日	○ 1回目	○ 1回目	○ 1回目	×
7	○ 2回目	休場日	○ 2回目	○ 2回目	○ 2回目	×
14	○ 3回目	休場日	○ 3回目	○ 3回目	○ 3回目	大会前準備
21	○ 4回目	休場日	大会前準備	大会前準備	大会前準備	大会
28	大会	休場日				
29	大会					
30						

5月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			○ 4回目	○ 4回目	×	×
5	6	7	○ 5回目	全館占用	○ 4回目	×
12	13	14	○ 6回目	○ 5回目	○ 5回目	×
19	○ 6回目	休場日	○ 7回目	○ 6回目	大会	大会
26	○ 7回目	休場日	○ 8回目	全館占用	○ 6回目	

6月

日	月	火	水	木	金	土
						1
						全館占用
2	3	4	5	6	7	8
×	○ 8回目	休場日	○ 9回目	○ 7回目	○ 7回目	×
9	○ 9回目	休場日	○ 10回目	○ 8回目	大会前準備	大会
16	○ 10回目	大会前準備	大会前準備	大会前準備	大会前準備	大会
23	大会	大会撤去	大会撤去	大会撤去	○ 9回目	大会

7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	代休日	休場日	代休日	代休日	代休日	全館占用 大会準備
7	大会	休場日	×	×	大会前準備	大会
14	大会	休場日	×	×	×	大会 予備日
21	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用
22	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用
23	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用
24	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用
25	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用
26	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用
27	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用
28	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用
29	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用
30	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用
31	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用	全館占用

30
大会

2024年度7~11月は実施回数が確保できないため休講します。2024年12月より講座再開予定。11月中旬、HPにて発信予定ですのでご確認ください。

○注意事項

- 7月は代替日のみ予定。4~6月間、休講となった場合のみ講座実施。
- 申込曜日により、受講料、実施回数が異なります。ご確認ください。
- 教室参加料は、初回日（白文字日）にSAGAアクア受付にてお支払いください。
- 自己都合による欠席の場合は、還付いたしません。予めご了承ください。
- 講師の都合や気象状況により急遽日程変更する場合がございます。
- 保険料は、参加料金に含まれています。
- 欠席する場合は、下記までご連絡ください。連絡あり欠席のみ振替可。
振替は当カレンダー日程内のみ受付いたします。
- 駐車場が有料化されております。施設利用者（平日のみ）は、駐車券を受付までお持ちください。上限100円処理をいたします。

【お問合せ先】 SAGAアクア 0952-33-6119

○講座案内

講座名		実施曜日	実施時間	内容
成人	基礎クラス	月 曜	11:00~12:00	リラックスして泳ぐことを習得し、水泳ならではの呼吸や水中での体の動かし方を覚えます。26mクロールにもチャレンジ！楽に、気持ちよく泳ぐことを目標とするクラスです。
		水 曜	13:00~14:00	
	初 級	水 曜	11:00~12:00	25mクロール泳で、新たに4泳法にチャレンジされる方のクラスです。各泳法のキック、手の動きを習得しスムーズに泳ぐことを目標とするクラスです。
		木 曜	13:00~14:00	
	中 上 級	月 曜	13:00~14:00	4泳法で25M以上泳でできる方のクラス。ドリル練習やサークルトレーニングにて泳力とスキルをアップ！心拍数をしっかりあげて泳ぎます！
		木 曜	11:00~12:00	
ジュニアスイム	ジュニアスイム①	月・水・木・金	15:30~16:30	水慣れ～パタ足練習を行います。水中での体の使い方や、リラックスして泳ぐことを習得し、パタ足キックにて体力をつけていくクラスです。
	ジュニアスイム②	月・水・木・金	16:45~17:45	クロール～背泳ぎを習得するクラスです。クロールの手回し、息継ぎ練習、背泳ぎの手回し、キックを練習しスムーズに25M完泳を目指します。
	ジュニアスイム③	月・水・木・金	18:00~19:00	平泳ぎ・バタフライを習得するクラスです。さらに、習得した4泳法をレベルアップさせターンの練習等も行います。