

SAGAアクア 2024年度 第3~4クール自主事業カレンダー 〈2024.12~2025.3〉

2024.12月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
大会	大会	休場日	大会	大会	大会前準備	大会
8	9	10	11	12	13	14
大会	大会 1回目	休場日	大会 1回目	大会 1回目	大会前準備	大会
15	16	17	18	19	20	21
大会	大会 2回目	休場日	大会 2回目	大会 2回目	大会 2回目	大会
22	23	24	25	26	27	28
大会	大会 3回目	休場日	大会 3回目	大会 3回目	大会 3回目	大会
29	30	31				
大会	年末休場	年末休場				

2025.1月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			年始休場	大会	大会	大会
5	6	7	8	9	10	11
大会	大会 4回目	休場日	大会 4回目	大会 4回目	大会 4回目	大会前準備
12	13	14	15	16	17	18
大会	大会	休場日	大会 5回目	大会 5回目	大会 5回目	大会
19	20	21	22	23	24	25
大会	大会 5回目	休場日	大会 6回目	大会 6回目	大会 6回目	大会
26	27	28	29	30	31	
大会	大会 6回目	休場日	大会 7回目	大会 7回目	大会 7回目	

2月

日	月	火	水	木	金	土
						1
						大会
2	3	4	5	6	7	8
大会	大会 7回目	休場日	大会 8回目	大会 8回目	大会 8回目	大会
9	10	11	12	13	14	15
大会	大会 8回目	大会	休場日	大会 9回目	大会 9回目	大会前準備
16	17	18	19	20	21	22
大会	大会 9回目	休場日	大会 9回目	大会 10回目	大会 10回目	大会
23	24	25	26	27	28	
大会	大会	休場日	大会 10回目	大会 11回目	大会 11回目	

3月

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

○注意事項

- 2024年度第3~4クールは4ヵ月（2024年12月~2025年3月）にて受講募集いたします。
- 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。
- 申込者数が最少催行人数に満たない場合は、閉講させていただきます。

【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	リラックスして浮くことを習得し、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。25m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クロール完泳でき、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以上完泳できる方のクラス。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！
		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~パタ足練習を行います。水中での体の使い方や、リラックスして浮くことを習得し、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。