

# 令和7年度 第1期定期制水泳教室【欠員】募集のご案内

幼児対象教室							
No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
1	親子水泳	木	9:45~10:50	2歳6ヶ月~ 未就学児と保護者	14回	¥9,240	17 組
3	ﾌﾟﾚ幼児水泳	水	10:45~11:50	2歳6か月~ 未就学児	14回	¥8,400	9 名
4	幼児水泳A	月	14:15~15:20	年少~年長	13回	¥7,800	40 名
5		火			12回	¥7,200	38 名
6		金			15回	¥9,000	31 名
8	幼児水泳B	月	14:55~16:00		13回	¥7,800	29 名
9		火			12回	¥7,200	27 名
11		木			14回	¥8,400	26 名
15	幼児水泳C	木	15:45~16:50		14回	¥8,400	14 名
17	幼児水泳D	土	13:45~14:50		14回	¥8,400	5 名

小・中学生対象教室							
No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
18	小学生水泳Ⅰ	月	15:45~16:50	小学生 20~7級相当	13回	¥5,980	2 名
26	小学生水泳Ⅱ	土	12:45~13:50	小学生 10~7級相当のみ	14回	¥6,440	10 名
27	小・中学生水泳	月	17:45~18:50	17~1級相当	13回	¥5,980	29 名
28		火			12回	¥5,520	29 名
29		水		10~1級相当	14回	¥6,440	14 名
30		金		17~1級相当	15回	¥6,900	3 名
31		土		13:45~14:50	16~15級と 6~1級相当	14回	¥6,440

※水泳教室は常時オムツがとれている方が受講可能です。

※対象の年齢は2025年4月1日現在といたします。

一般対象教室									
No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数		
32	一般水泳(初・中級)	月	9:55~10:50	高校生相当以上 水泳初心者~ 4泳法の習得を 目指す方まで	13回	¥7,150	19 名		
33			12:55~13:50		13回	¥7,150	30 名		
34			18:55~19:50		13回	¥7,150	21 名		
35		火	12:55~13:50		12回	¥6,600	20 名		
36			18:55~19:50		12回	¥6,600	22 名		
37		水	9:55~10:50		14回	¥7,700	13 名		
38		金	12:55~13:50		15回	¥8,250	30 名		
39		土	10:55~11:50		14回	¥7,700	2 名		
41		一般水泳(中・上級)	月		19:55~20:50	高校生相当以上 クロール、背泳ぎで 25m以上 完泳可能な方	13回	¥7,150	19 名
42			火		9:55~10:50		12回	¥6,600	3 名
43	一般水泳(中級)	金	18:55~19:50	15回	¥8,250	24 名			
44	マスターズ	火	19:55~20:50	高校生相当以上 4種目50m完泳可能な方	12回	¥6,600	9 名		
46	アクアビクス	月	11:00~11:50	高校生相当以上 健康維持・ 増進や体力の 向上が目的の方	13回	¥7,150	4 名		
47		水			14回	¥7,700	16 名		
48	健康水中ウォーキング	火	10:55~11:50		12回	¥6,600	11 名		
49		金	18:55~19:50		15回	¥8,250	38 名		
50	健康はつつ水中運動	月	12:00~12:50		13回	¥7,800	3 名		

**申込み期間：2月28日(金)～3月10日(月)ハガキ必着！**

**申込み方法：オンラインもしくは往復はがきでお申込みください♪**

**※消印有効ではございませんのでご注意ください**

**詳しい申込方法などはホームページ及び館内掲示をご覧ください。**

# 令和7年度 第1期定期制体操教室 (欠員) 募集のご案内

## 幼児対象教室 (開催期間: 2025年4~7月)

No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
56	ヨチのびB	木	11:30~12:10	2歳7ヶ月~2歳11ヶ月 (未就園)	15回	¥14,850	10名
57	幼児体操	月	15:00~15:50	年中・年長	14回	¥7,700	8名
58		火	15:10~16:00		12回	¥6,600	15名
59		水			13回	¥7,150	16名
62		水	14:10~15:00	年少・年中	13回	¥7,150	34名
63		木	15:10~16:00		15回	¥8,250	5名
64		金			15回	¥8,250	14名
65	幼児トランポリン	月	15:00~15:50	年中・年長	14回	¥9,240	6名
66	幼児バレエ		15:10~16:00		14回	¥7,700	26名
67	幼児チアダンス	木	16:10~17:00		15回	¥9,350	14名

## 小・中学生対象教室 (開催期間: 2025年4~9月)

No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
95	J r. トランポリンA	月	16:00~16:50	小1~小2	22回	¥14,520	7名
97	J r. バレIA		16:20~17:10		22回	¥10,120	27名
98	J r. バレIB		17:20~18:10	小3~中3	22回	¥10,120	25名
99	J r. チアダンスA	水	16:20~17:10	小1~小2	23回	¥11,900	18名
100	J r. チアダンスB		17:20~18:10	小3~中3	23回	¥11,900	15名
101	J r. HIPHOP A	金	16:20~17:10	小1~小2	24回	¥11,040	30名
102	J r. HIPHOP B		17:20~18:10	小3~中3	24回	¥11,040	10名
103	レベルアップHIPHOP	木	17:20~18:10	小3~中3	24回	¥18,480	18名
104	J r. 新体操A	土	15:00~15:50	小1~小2	23回	¥10,580	15名
105	J r. 新体操B		15:55~16:45	小3~中3	23回	¥10,580	11名
106	レベルアップ新体操		16:50~18:10	小1~中3	23回	¥17,710	9名
107	J r. 卓球A	金	16:00~16:50	小1~小2	24回	¥15,840	9名

## 親子・一般対象教室 (開催期間: 2025年4~7月)

No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
68	親子ふれあい体操A	木	10:00~10:50	1歳・2歳のお子様と その保護者	15回	¥9,900	6組
69	親子ふれあい体操B	金			15回	¥9,900	9組
70	親子チャレンジ体操A	木	11:00~11:50	2歳~未就園のお子様と その保護者	15回	¥13,200	10組
71	親子チャレンジ体操B	金			15回	¥13,200	8組
72	バランスボール&ストレッチA	水	10:00~10:50	高校生 相当以上	14回	¥7,700	13名
73	バランスボール&ストレッチB		11:00~11:50		14回	¥7,700	4名
74	やさしいベーシックヨガ		14:20~15:10		14回	¥7,700	6名
75	リラクゼーションストレッチ		木		20:30~21:30	15回	¥8,250
78	ウェーブストレッチ	金	10:00~10:50		15回	¥8,250	3名
81	アクティブピラティスC		11:40~12:30		15回	¥8,250	2名
82	バレエ (一般)	土	20:30~21:30		14回	¥7,700	3名
83	熟年リメイク体操 月1	月	10:00~10:50		65歳以上	14回	¥7,700
84	熟年リメイク体操 月2		11:10~12:00	14回		¥7,700	16名
85	熟年リメイク体操 水1	水	11:30~12:20	13回		¥7,150	23名
86	熟年リメイク体操 水2		12:45~13:35	13回		¥7,150	24名

※対象の年齢は2025年4月1日現在といたします

## 特別教室 (開催期間: 2025年4~7月)

No.	教室名	曜日	時間	対象	回数	受講料	欠員数
88	TOKYO23FCフットボールチャレンジB	火	16:50~17:40	小3~小4	10回	¥9,900	5名
89	TUBCバスケットボール教室A	水	15:50~16:40	小1~小2	13回	¥12,870	6名

**申込み期間: 2月28日 (金) ~ 3月10日 (月) ハガキ必着!**

**申込み方法: オンラインもしくは往復はがきでお申込みください♪**

※消印有効ではございませんのでご注意ください

詳しい申込方法などはホームページ及び館内掲示をご覧ください。

申込受付期間 2025年2月28日(金)～3月10日(月)必着

当選落選結果配信 2025年3月18日(火)16時頃予定

江戸川区スポーツセンター

# 令和7年度 第1期定期制教室【欠員】募集

往復はかきでもお申込みできます！

1 二次元コードから受付フォームへ  
スポーツセンターHPからでもOK



お手持ちの  
スマホでカメラを  
起動してコードを  
スキャン！

2 教室種別を選択



注意事項をよく  
確認して、  
水泳・体操を  
選択してください。

3 参加者情報を入力



★教室名★を  
選択してから  
情報を入力。  
年齢の対象外に  
注意してください。

6 当選メール画面を受付へ



オンライン専用教室  
申込書の記入と料金  
お支払いで完了！

5 スポーツセンターより、受付・  
当落メールが配信されます。



メール受信不可の  
場合は別アドレスを  
お試しください。

ドメイン  
@edogawa-spocen.com

4 参加教室と入力内容を  
確認してください。



水泳教室は  
必ず泳力を選択！  
「幼児・小中学生  
以外」の項目も  
あります。

健康はつらつ水中運動、熟年リメイク体操は  
直接2F総合受付にてお申し込みください。

東京都江戸川区西葛西4-2-20

☎ 03-3675-3811

**【はがき・オンライン】3月10日(月)締め切り必着！ 当選落選はがき 3月18日(火)発送予定**

<p>85 (税込金額) 返信 申込者の ・郵便番号 ・ご住所 ・ご氏名 (教室参加者名)</p> <p>□□□ - □□□□</p>	<p>① No.希望教室名 ② 曜日・時間 ③ 郵便番号 ④ 住所 ⑤ 電話番号 ⑥ 参加者氏名 (ふりがな) ⑦ 生年月日(西暦) 学年・年齢 ⑧ 性別</p>	<p>85 (税込金額) 往信 134-8601 東京都江戸川区 西葛西4-2-20  江戸川区 スポーツセンター 令和7年度 第1期定期制教室 【欠員】申込 募集係</p> <p>□□□ - □□□□</p>	<p>何も記入しないで ください。</p>
---	---	---	---------------------------

**【はがき・オンライン注意事項】**

- ・ **1名につき、1教室申込可能です。1教室1枚往復はがきが必要となります。**
- ・ **オンラインでのお申し込みも、1教室となります。はがき・オンラインの併用申込みはできません。**
- ・ 申込対象 ★就園児以上(年少～)は「令和7年4月2日現在の学年」となります。  
★3歳以下、未就園の乳幼児は「令和7年4月1日現在の年齢」となります。
- ・ 妊娠中の方の参加はご遠慮ください。
- ・ 記入・入力内容に漏れ、消せるペンでの記入があった場合には申込を無効とさせていただく場合がございます。
- ・ 申込はがきは抽選後、結果を印刷しお客様に返送いたします。記載内容をご確認ください。
- ・ 申込メールは抽選後、結果をメールにて返信いたします。
- ・ オンラインで当選された方は、当選メール画面を受付に提示し、手続きをお願いいたします。
- ・ 入金手続き後、開催日程カレンダーをよくご確認ください。
- ・ お客様のご都合による入金後の返金・キャンセル・曜日の変更はできません。
- ・ はがき・オンラインに記載・入力いただいた個人情報、教室受付及び教室管理以外には使用いたしません。

# 泳力基準級【改定】のお知らせ

【改定】泳力基準級

令和7年4月～

幼児・小中学生対象の水泳教室は、右表の通り泳力基準級を改定いたしました。

スポーツセンターのワッパンをお持ちの方も、改定後の級をご参照いただき、泳力に該当する級をご確認の上でお申込みください。

ご判断が難しい場合は、改定前より1つ下の級としてご認識をお願いいたします。（例：改定前16級 ⇒ 改定後17級）

水泳教室の再開にあたっては、泳力の変化も想定されますので、改めて泳力の確認と級の判定をさせていただきます。以前の級より上下する場合がございますので、あらかじめご了承ください。

お渡しするワッパンも更新し、デザインを変更しております。初回は以前のワッパンを付けたままでご参加ください。初回の判定後、全員に新しいワッパンをお渡しいたします。

スポーツセンターの水泳教室に初めてご参加の方も、右表の「【改定】泳力基準級」をご参照いただき、泳力に該当する級をご確認の上でお申込みください。

※お申込み時の申告級と、実際の泳力について差異が大きい場合には、受講をお断りすることがございますのでご注意ください。

ご不明な点等ございましたら、お申し込みの前にお問い合わせください。

江戸川区スポーツセンター  
☎03-3675-3811

級	進級項目	目標・ねらい
20	・バブリング ・顔付け3秒 ・もぐり	・集団行動ができる ・水慣れの習得
19	・ふし浮き3秒 ・水中で目を開けられる	・基礎技術の習得
18	・けのび3m ・背浮き3秒 ・ポビング5m（鼻から）	・基本姿勢と呼吸動作の習得
17	・面キック5m ・呼吸付きキック12.5m（板あり）	・クロールキックの習得 ・呼吸動作の習得
16	・呼吸付きキック7m（板なし） ・背面キック5m	・呼吸動作とクロールキックの上達 ・背泳ぎキックの習得
15	・ノーブルクロール7m ・板キック12.5m	・クロールストロークの習得 ・クロールキックの上達
14	・クロール12.5m（呼吸付き） ・ポビング12.5m（大プール）	・クロール呼吸の習得 ・大プールの水深への順応
13	・クロール25m（左右呼吸）	・クロールの習得と泳力の養成
12	・背面キック25m	・背泳ぎキックの上達
11	・背泳ぎ25m（コンビネーション）	・背泳ぎの習得
10	・呼吸付き平泳ぎキック25m（板あり）	・平泳ぎキックと呼吸の習得
9	・平泳ぎ25m（コンビネーション）	・平泳ぎの習得
8	・呼吸付きバタフライキック25m（板あり）	・バタフライキックの習得
7	・バタフライ25m（コンビネーション）	・バタフライの習得
6	・クロール50m	・泳力の養成
5	・背泳ぎ50m	・スタート（飛込）の習得
4	・平泳ぎ50m	・ターンの習得
3	・バタフライ50m	・標準記録の達成
2	・個人メドレー100m	・ターンの習得 ・標準記録の達成
1	・個人メドレー200m ・4種目100m	・泳力と技術の向上 ・標準記録の達成