

# マスターズコースのご案内（令和3年度）



## 新しい自分、見つけてみませんか？

### ①4 泳法

**マスターコース**  
4泳法（加-ル・背泳ぎ・  
バタフライ・平泳ぎ）  
習得を目指すコースです。

### ②バラエティ スイムコース

4泳法習得された方で、健康  
づくりや泳力向上を目指すコ  
ースです。より長い距離を楽に  
泳げるように各泳法の細かい  
技術指導も行います。

### ③マスターズ スイマーコース

マスターズ大会出場を  
目標に自己記録更新を目  
指すコースです。各泳法の  
細かい技術指導の他、スタ  
ート（飛び込み）やターン  
等、大会（レース）に向け  
た練習を行います。

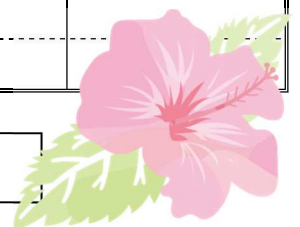
自分の「のびしろ」侮らないで！  
「いま」から始める水泳教室

## スクール 時間割表

25mプール 水深 1.2m

|       | 月            | 火            | 水            | 木            | 金 | 土            |
|-------|--------------|--------------|--------------|--------------|---|--------------|
| 9:00  |              |              |              |              |   | マスターズ<br>③のみ |
| 10:00 |              |              |              |              |   |              |
| 11:00 | マスターズ<br>①②③ |              |              | マスターズ<br>①②③ |   |              |
| 12:00 |              |              |              |              |   |              |
| 14:00 |              | マスターズ<br>①②③ | マスターズ<br>①②③ |              |   |              |
| 15:00 |              |              |              |              |   |              |
| 19:00 |              |              |              |              |   |              |
| 20:00 | マスターズ<br>①②③ |              | マスターズ<br>①②③ |              |   |              |
| 21:00 |              |              |              |              |   |              |

※8月は繁忙期のためお休みになります。（詳しくは教室カレンダーをご覧ください。）



# 教室会費



|         |          |         |                  |
|---------|----------|---------|------------------|
| 週1/月4回  | 1ヶ月      | 2,900円  |                  |
|         | 5ヶ月      | 13,500円 | 1000円お得・スパール券7枚  |
|         | 1年(11ヶ月) | 28,300円 | 3600円お得・スパール券14枚 |
| 週2/月8回  | 1ヶ月      | 5,000円  |                  |
|         | 5ヶ月      | 23,500円 | 1500円お得・スパール券12枚 |
|         | 1年(11ヶ月) | 51,000円 | 4000円お得・スパール券30枚 |
| 週3/月12回 | 1ヶ月      | 7,000円  |                  |
|         | 5ヶ月      | 33,000円 | 2000円お得・スパール券17枚 |

- ※ 教室会費は全て税込み表記となっております。
- ※ 年払いの方のみ、年間パスポートが20,000円でご購入いただけます。(4月末までの受付)
- ※ 1年とは、8月の繁忙期を除く11ヶ月となります。
- ※ お支払い後の返金はできませんので、予めご了承下さい。

## 特典

ご都合で欠席の場合は  
他の練習日に**振替**ができます。  
ぜひ、ご活用ください。

- ※一般利用としてはご利用できません。
- ※振替は年度末までの使用となります。

年払いをご利用の方は  
プラス20,000円で  
年間パスポートも  
付けられます！  
(4月受付まで)

Point!!

## イベント

マスターズコースでは各種イベントを開催しています。  
泳ぐだけでなく、色んなイベントを通して  
会員さん同士の交流を深めています。

### 記録会



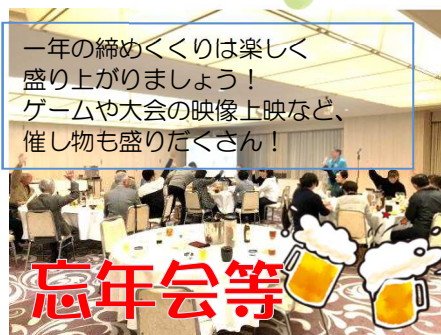
子供から大人まで、  
幅広く参加する記録会です。  
日々の練習の成果を実感して  
目標を再確認！

### マスターズ大会



スパールの仲間、全国のマスターズ  
出場者との交流を深めましょう。  
応援団としての参加も大歓迎！

一年の締めくくりは楽しく  
盛り上がりましょう！  
ゲームや大会の映像上映など、  
催し物も盛りだくさん！



### 忘年会等

※感染状況の変化に留意し開催判断を行います。



スパールスタッフが優しく丁寧にご指導します！

お問い合わせ

山形県民の海・プール スパール  
指定管理者 NPO 法人健康づくりサポート東北 21  
997-1117 鶴岡市下川字龍花崎 41-86  
TEL/FAX 0235-68-5121