

# ワンポイントスイム

水慣れをしたい！25m泳げるようになりたい！

もっときれいなフォームで泳ぎたい！という方、指導員が1対1でアドバイスをします。一緒に練習しましょう！

開催日時	
1月15日 2月19日 (土曜日)	① 9:15 ~ 9:45 ② 9:45 ~ 10:15 ③ 11:00 ~ 11:30 ④ 11:30 ~ 12:00
1月18日 2月15日 3月15日 (火曜日)	⑤ 13:45 ~ 14:15 ⑥ 14:15 ~ 14:45 ⑦ 15:30 ~ 16:00 ⑧ 16:00 ~ 16:30
申込期間	
1月15日(土)	12月20日(月) ~ 1月8日(土)
1月18日(火)	12月26日(日) ~ 1月10日(月)
2月15日(火)	1月30日(日) ~ 2月8日(火)
2月19日(土)	1月30日(日) ~ 2月12日(土)
3月15日(火)	2月27日(日) ~ 3月8日(火)

《場 所》 総合福祉センター プール

《対 象》 障害のある方 ※但し、中学生以下の方には、介護者が必要です。  
(西宮市在住・在勤・在学・在園者対象)

《定 員》 各回1組 ※本人のみ、本人+介護者(+家族)

《申込方法》 来館にて体育指導員へ直接もしくはお電話にてお申込み下さい。

(初回参加時は前日までに申込書の記入・提出をお願いします。)

## 注 意

- \* 新型コロナウイルスの感染状況により日程が変更となる可能性があります。
- \* 主治医・各医療機関とご相談のうえお申込み下さい。
- \* 各自の健康管理には十分ご注意下さい。
- \* 気象警報(大雨・洪水・暴風・暴風雪・大雪)が発令されている場合中止とします。

## 問い合わせ・申し込み先

西宮市総合福祉センター 総合福祉センター事業課 総合福祉センター事業係  
〒662-0913 西宮市染殿町8-17 TEL (0798) 78-3388

