

プール利用・開催のご案内

金田スイミングクラブ立川立飛のプール利用を

下記の通り開催させていただきますので

ここにご案内申し上げます



■開始日 2022年5月9日（月）～

■利用日時 別紙「タイムテーブル」ご参照

■借用プール 金田 SC 立川立飛（駐車場・40台無料）

立川市高松町 1-23-23（多摩都市モノレール高松駅）

■参加料 レッスンクラス : 1,320円・込／1回・55分

フリー利用クラス : 990円・込／1回・55分

※利用回数に制限はございません

※会員種別毎の時間帯に関係なくご参加頂けます

《参加方法》

①フォーラスにて回数券の購入（各種1回券・6回券）

②回数券ご持参の上、ご希望時間のクラスに参加

※回数券キャンセルによるご返金は致し兼ねます

《確認とお願い》

休講・時間変更・その他内容等の変更につきましては
フォーラス館内掲示確認及びフォーラスまでお問合せ下さい

金田 SC 立川立飛へのお問合せはご遠慮願います

フォーラス会員・プール利用／タイムテーブル（金田SC立川立飛）

2022年5月9日～予定

		月	火	水	木	金	土	日
10:00	10:00~10:55							
	20 40	クローリング初級 &3種目初めて 【福田】						
11:00	11:00~11:55							
	20 40	ウォーキング 【福田】						
12:00							12:15~13:10	
	20 40						クローリング中級 &3種目初級	
13:00	13:00~13:55				13:00~13:55		【橋田】	
	20 40	クローリング中級 &3種目初級 【橋田】			スイム1200~ 【橋田】			
14:00	14:00~14:55				14:00~14:55			
	20 40	フリースイム & フリーウォーク 【橋田】			フリースイム & ワンポイント アドバイス 【橋田】			
15:00								
15:20		↑			↗			
⋮		《網掛けの時間帯》 レッスン指導がなくフリー利用 （ワンポイントアドバイスあり）						
⋮								
20:40								
21:00	20:50~21:45							
	20 40					スイム800~ 【橋田】		

「各クラス名についてご案内」をご参照下さい

各クラス名についてご案内

レッスンクラス名称	レベル	時間	定員～	内容	参加費
ウォーキング	0	55分	10名～	インストラクター指導による水中ウォーキングクラス	1,320円
クロール初級&3種目初めて	1	55分	10名～	クロール初級レッスンとバタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ初めてクラス	1,320円
クロール初中級&3種目初級	2	55分	10名～	クロール初中級レッスンとバタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ初級クラス	1,320円
スイム800	2	55分	10名～	クロール中心に4種目を交えながら合計800m前後を目標に泳ぐクラス	1,320円
スイム1200	3	55分	10名～	クロール中心に4種目を交えながら合計1200m前後を目標に泳ぐクラス	1,320円

フリー利用クラス名称	レベル	時間	定員～	内容	参加費
フリースイム&フリーウォーク	0	55分	10名～	レッスン指導はなく自由に泳ぐ・歩くクラス	990円
フリースイム&ワンポイントアドバイス	0	55分	10名～	自由に泳ぐ&要望に応じて10分程度のワンポイントアドバイスクラス	990円

【レッスンクラス】
45分前後の各種レッスン
レッスン後・10分前後のフリー利用の計55分間
《参加費：1,320円・1回》

【利用レーン（コース）についてお願い】
参加人数に応じて利用レーン数を指定致します
（1レーン・8名前後を想定）

【フリー利用クラス】
自由に泳ぐ・歩くが基本の55分間
ご要望に応じてワンポイントアドバイス（10分程度）
《参加費：990円・1回》

【参加回数・時間帯について】
参加回数に制限なし
例）デイトタイム会員様も金曜・夜のレッスン参加可

【お願い】
幼児から成人の方まで多くの会員様が在籍される
スイミングクラブを利用させていただきます
より良い関係を継続させていただきます様
フォーラス会員様のご理解・ご協力をお願い致します

2021年にオープンされたプールで
水泳・水中ウォーキングのご継続を！