

# もっと上手く なりたい人へ！



「今よりもう少しレベルアップしたいな」

そんな熱い気持ちを持ったアナタに  
ピッタリの中上級向け教室があります！



## ワンポイント水泳

プールにスタッフが入水し、ワンポイント  
アドバイスをします。  
一緒にフォームを向上させましょう！

## ワンポイント卓球

ラリーを続けることや、卓球の技術や戦術  
などのレベルアップをしたい方、  
一緒に技術を向上させましょう！

## ワンランクアップアーチェリー (申込制)

弓具の変更や認定証の新規取得・更新を  
希望される方は、この時間をご活用ください。  
※新規取得の場合、アーチェリー経験のある方で  
当センターの認定証をお持ちでない方に限ります。

## 中上級教室

教室名	対象	定員	場所	実施日	時間
ワンランクアップ アーチェリー	身体障害者 (認定証所持者 及びアーチェリー 経験者)	各5名 (申込制)	洋弓場	【12回】 4/28(日)5/28(火)6/11(火) 7/6(土)8/29(木)9/10(火) 10/3(木)11/14(木)12/22(日) 1/6(月)2/24(月・祝)3/11(火)	13:00～ 15:00
				【12回】 4/4(木)5/6(月・祝)6/6(木) 7/29(月)8/12(月・祝)9/28(土) 10/29(火)11/24(日)12/10(火) 1/26(日)2/20(木)3/22(土)	17:30～ 19:30
ワンポイント水泳	障害児者 介護者	なし (当日参加)	プール	【10回】 4/25(木)5/10(金)6/25(火) 9/5(木)10/14(月・祝) 11/21(木)12/19(木)1/12(日) 2/15(土)3/6(木)	13:00～ 15:00
ワンポイント卓球	障害児者 介護者	なし (当日参加)	卓球室	【10回】 4/9(火)5/20(月)6/23(日) 7/4(木)8/27(火)9/13(金) 11/28(木)12/24(火)1/28(火) 3/20(木・祝)	13:00～ 15:00

※「障害者」は高校生以上、「障害児」は中学生以下を表しています  
小学生以下の場合は、保護者同伴でご参加ください

申込

HP掲載の申込書に必要事項をご記入の上、メール、FAX、郵送または来館時にご提出ください

お問合せ



03-3907-5631



03-3907-5613