公益財団法人
松山市文化・スポーツ振興財団

Sport in Life

夜間水泳教室

4月～6月コース

《対　　象》　18歳以上で運動しても健康上問題のない方
（健康上ご心配のある方は医療機関へご相談ください）
《会　　場》　松山市総合コミュニティセンター温水プール
《定　　員》　各コース１０名（応募多数の場合は抽選となります）
《準 備 物》　水着、ゴーグル、キャップ、タオル、飲料水
（キャップはご用意しておりますが、お持ちの方はご持参願います）
《参加費用》　受　講　料/中級クロール・はじめてのクロール：2,５００円
施設使用料/中級クロール　　：１回４５０円（２時間分）
はじめてクロール：１回２５０円（１時間分）
※受講料は、初回受講日にお支払いください。受講途中での返金はできませんのでご承知おきください。
《申込方法》　カルスポねっと(WEB申込システム：下記の二次元バーコードからアクセスできます)、
直接来館、またはハガキでお申込みください。（１人１コース）
《締切日》　３月２４日（金）必着
《お申込み・お問い合わせ先》
〒790 - 0012　松山市湊町７丁目５番地
松山市総合コミュニティセンター体育館
☎089 - 943 - 8188

カルスポねっと
カルスポねっと　カルスポねっと
カルスポねっと

	水曜日（10回）	金曜日（10回）
19:00～20:00		はじめてクロール （宮内先生）
19:30～21:00	中級クロール （宮内先生）	
日 程	4月12日・4月19日・4月26日 5月10日・5月17日・5月24日 5月31日・6月 7日・6月14日 6月21日	4月14日・4月21日・4月28日 5月12日・5月19日・5月26日 6月 2日・6月 9日・6月16日 6月23日

裏面に教室参加にあたっての注意事項を記載していますので、同意の上お申込みください。

【参考（コース別泳力）】
・中級クロール：クロールで２５m以上泳げる方で、レベルアップを目指す方を対象としたコース
・はじめてクロールコース：泳げない方、今まで自己流で練習されていた方に基礎練習をアドバイスするコース

【受講開始まで】
・体調を整えましょう、体調が悪くなったり、都合で受講できなくなったら早めに、コミュニティセンター体育館までご連絡ください。
・受講までに健康上ご心配のある方は医療機関を受診されることをお勧めします。

【受講当日】
・温水プール事務所で教室名とお名前を言っていただき受講料（初回のみ）と施設使用料をお支払い下さい。体調が悪い場合はお休みしてください。初回受付、受講料の支払いは２回目以降でかまいません。
・施設使用料は入場時に温水プール受付で２５０円（１時間分）を共通利用券（１,０００円で１,１００円分のチケット）か現金でお支払い下さい。
・体育館受付前と温水プール受付前に貴重品専用ロッカー（１００円リターン式）がございます。温水プール更衣室内ロッカーは無料（５０円リターン式）となります。教室終了後の取り忘れにご注意下さい。
・更衣室にシャワールームがございます。ご自由にお使い下さい。ドライヤーはプール受付にて貸し出し（無料）しております。
・お帰りの際は入場時にお渡ししたプール入場券と、超過料金（１時間につき２００円）を受付スタッフにお渡し下さい。

【安心して受講いただくための注意事項】
・教室へはご自身の健康状態に問題がないことを確認のうえご参加ください。なお、万一の事故（怪我等）の場合には応急処置（応急手当・救急要請）は職員が行いますが、その後の処置につきましてはご自身でお願いいたします。
・教室中での怪我の補償については下記の金額となります。
（財団加入保険・・・死亡・後遺障害/３００万円、入院/１日3,０００円、通院/１日2,０００円）
・運動中は熱くなりますので、熱中症予防のため教室前から水分補給を行い、教室中もこまめな水分補給を心がけてください。体調に気をつけられて、体調が悪い時には無理をしないようにしてください。
・主催者（公益財団法人 松山市文化・スポーツ振興財団）にて写真撮影を行い、広報として情報誌・ホームページ等に掲載する場合があります。また報道機関や主催者の許可した業者が撮影を行い、テレビ放映や新聞・雑誌・インターネット等に掲載される場合もあります。予めご了承下さい。
≪松山市文化・スポーツ振興財団ＨＰ ⇒ 松山市総合コミュニティセンター ⇒ カルスポトレーナーズブログ≫
・悪天候の場合教室を中止することがあります。中止の案内は教室開始の２時間前にはホームページに掲載いたします。
http://www.cul-spo.or.jp/
・新型コロナウイルスの感染状況によって、教室を中止（延期）する場合があります。開催の有無はホームページ（https://www.cul-spo.or.jp/）にてお知らせいたします。
・会場の都合等で急遽日程が変更になる場合がございます。予めご了承下さい。

ご提出いただきました申込書（個人情報）については、適切に管理し、教室実施に必要な諸連絡、当財団主催事業の案内以外には一切使用いたしません。

● Sport in life プロジェクト
公益財団法人松山市文化・スポーツ振興財団は、スポーツ庁が推進するプロジェクト「Sport in Life」への参画を認定されました。
「Sport in Life」とは、「一人ひとりが自然とスポーツを楽しみ、そしてスポーツを通じて健康になったり、毎日をいきいきと過ごせるようになったり、そんな一人ひとりの活力ある生活を少しでも後押しさせていただきたい」という想いでスポーツ庁が推進し、自治体・スポーツ団体・経済団体・企業などが一体となり、2020東京大会のレガシーとして国民のスポーツ参画を促進するためのプロジェクトです。
当財団では本プロジェクトのシンボルであるロゴマークのもと、市民の皆様の健康維持・増進のため、そして元気で生きがいを持って暮らせる街作りのために、スポーツ庁や関係団体と共に「Sport in Life」を促進して参ります。