



連続5日間開催

# 夏季短期速成

# プール教室

参加者大募集

## 鶴ヶ谷夏季短期速成教室 子ども教室プログラム

期間	教室名	時間	対象	対応級	定員	金額	内容
1期 (7月29日～8月2日) ※5日間	小・中学生コース	8:00～9:00	小・中学生	12級～2S級	40名	各7,000円	水慣れから4泳法の25M完泳を目指すお子様を対象として、泳力の向上を目指します。水が怖い・水が苦手なお子様も指導員と一緒に、楽しく練習し「できた」を増やします。
	マスターコース	9:00～10:00	小・中学生	1級～M1級	15名		個人メドレーの泳ぎと知識を身につけ、フォームの修正やスピードアップを目指し練習いたします。
	幼児コース	9:00～10:00	4歳以上の未就学児 (2020年7月生から)	12級～7級	25名		水が大好きなお子様は、級認定基準表をもとに泳力の向上を目指します。水が怖い・水が苦手なお子様も指導員と一緒に、楽しく練習し「できた」を増やします。
2期 (8月5日～8月9日) ※5日間	小・中学生コース	8:00～9:00	小・中学生	12級～2S級	40名	各7,000円	水慣れから4泳法の25M完泳を目指すお子様を対象として、泳力の向上を目指します。水が怖い・水が苦手なお子様も指導員と一緒に、楽しく練習し「できた」を増やします。
	マスターコース	9:00～10:00	小・中学生	1級～M1級	15名		個人メドレーの泳ぎと知識を身につけ、フォームの修正やスピードアップを目指し練習いたします。
	幼児コース	9:00～10:00	4歳以上の未就学児 (2020年8月生から)	12級～7級	25名		水が大好きなお子様は、級認定基準表をもとに泳力の向上を目指します。水が怖い・水が苦手なお子様も指導員と一緒に、楽しく練習し「できた」を増やします。

※初回練習日に泳力の確認を行い当施設の級認定基準に沿った練習を行います。お申込の際に泳力対応表をご確認ください。

## 幼児・小学生水泳教室泳力対応表

級	12	11	10	9	8	7	6	5	4	4S	3	3S	2	2S	1	Master
泳力	顔つけ	潜り	けのび	グライドキック5m	面かぶりクロール7m	クロール7m	クロール12.5m	クロール25m	背泳ぎキック25m	背泳ぎ25m	平泳ぎキック25m	平泳ぎ25m	バタフライキック25m	バタフライ25m	100m個人メドレー	各種目の目標タイム突破
幼児	幼児水泳						※小学生水泳A or 小学生水泳Bにて一緒に練習									マスター
小学生	小学生水泳A									小学生水泳B						マスター

## 応募方法 ※お一人様1期又は2期のどちらかにご応募ください。※2次募集より双方のお申込みが可能です。

**WEB応募の場合** <http://www.tm-sendai.com/>

- TAC鶴ヶ谷ウォーターパークホームページ画面より「教室オンライン申込み」をクリック  
「鶴ヶ谷温水プール」で検索!
- 利用者登録を行う(登録済みの方はログインする)  
登録メールアドレスに登録完了メールが届きます。
- ログイン後に希望のクラスを選択し応募します  
登録メールアドレスに応募完了メールが届きます。

**抽選後、登録メールアドレスに結果メールが届きます。(当選or落選)**

- 当選した方 ▶ 7月6日(土)までに直接窓口にて本申込みをお願いいたします。  
※期日までにお申込みがない場合は、キャンセルとなりますのでご注意ください。
- 落選した方 ▶ 誠に恐縮ですが2次募集の空き教室にお申込みください。(先着順)

登録メールアドレスの種類や設定によっては、返信メールが通常通り届かない場合がございます。申込み状況、当落結果などはログイン後、「マイページ」にてご確認ください。

**ハガキ応募の場合**

▼返信面 ▼往信面

63円 〈返信〉	1. 参加者氏名ふりがな 2. 参加希望教室(期間・教室名) 3. 住所+郵便番号 4. 性別 5. 生年月日 6. 電話番号、緊急連絡先 7. 保護者氏名 8. 現在の泳力 (※通年教室参加のお子様は現在の級をご記入ください)	63円	983-0824 仙台市宮城野区鶴ヶ谷八丁目19番地1 TAC 鶴ヶ谷ウォーターパーク	※未記入でお願いいたします。
-------------	--	-----	---	----------------

●往復ハガキに必要事項を記入の上、当施設宛てに郵送してください。  
※記入内容に誤りがある場合は抽選対象とならない場合がございます。  
※消せるボールペンの使用はお控えください。

●施設窓口へ持参される場合は、返信用官製ハガキのみの提出で構いません。  
※別途ハガキ申込み専用用紙に記入。

**抽選後、結果通知を返信用ハガキにて発送します。(当選or落選)**

- 当選した方 ▶ 7月6日(土)までに直接窓口にて本申込みをお願いいたします。  
※期日までにお申込みがない場合は、キャンセルとなりますのでご注意ください。
- 落選した方 ▶ 誠に恐縮ですが2次募集の空き教室にお申込みください。(先着順)

**応募スケジュール**

<b>1次募集期間</b> 6月1日(土)～6月21日(金) 必着 ※締切後の応募はお受けできません。 2次募集の空き教室にご応募ください。	<b>結果発表</b> 6月24日(月) ※7月6日(土)までに直接窓口にて本申込みを行ってください。 ※期日まで手続きがない場合はキャンセルとなります。	<b>2次募集開始(空き教室のみ)</b> 7月8日(月) 10:00～随時(先着順) ※7月7日(日)～教室空き状況をHP・館内掲示でお知らせします。 空き状況をご確認の上、直接窓口にてお申込みください。
---	--	--



# “もっと続けたい方は” 通年制プール教室のご案内

月の途中からでも入会できます

振替制度を導入しています

教室料金について

1,400円～7,000円/1ヶ月  
※スケジュールによって月毎に金額が異なります

カムバックキャンペーン実施中!!

- 以前教室に通っていたことを証明できるものがあればOK
- 入会されたら、月謝2回分無料チケットを贈呈します



※教室料金(月謝)は一部祝日を含む回数分お支払いいただくようになっております。

子ども教室

教室名	曜日	時間	対象	対応級	定員	内容
幼児水泳	月	15:30～16:30	4歳以上の未就学児 (入会月に年齢が 達していること)	12～7	各25名	水が大好きなお子様は、級認定基準表をもとに泳力の向上を目指します。水が怖い・水が苦手なお子様も指導員と一緒に、楽しく練習し「できた」を増やします。
	火					
	水					
	木					
小学生水泳A	月	16:30～17:30	小学生 (水慣れ、クロール、 背泳ぎ習得まで)	12～4S	各40名	水が大好きなお子様は、級認定基準表をもとに泳力の向上を目指します。水が怖い・水が苦手なお子様も指導員と一緒に、楽しく練習し「できた」を増やします。
	火					
	水					
	木					
小学生水泳B	月	17:30～18:30	小学生 (クロールの呼吸動作～ バタフライ習得まで)	6～2S	各15名	クロールの呼吸動作から泳泳、背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの習得を目指すお子様を対象として練習いたします。(1コースにて実施)
	火					
	水					
	木					
マスター	月	17:30～18:30	小学生～中学生 (4泳法完泳以上)	1～M1	各15名	4泳法の完成、競泳、個人メドレーの泳ぎと知識を身につける練習をいたします。(2コースにて実施)
	火					
	水					
	木					

一般

教室名	曜日	時間	対象	定員	内容
成人水泳 初級・中級	月	10:00～11:00	高校生 相当 以上	各20名	水泳が初めての方から4泳法の習得まで幅広く泳法指導いたします。
成人水泳 初級	水	18:30～19:30		各10名	水泳が初めての方から、4泳法の基礎の練習を行います。
	木	13:00～14:00			水に慣れるところからクロールの基礎までを行います。
成人水泳 初心者	水	10:00～11:00		個人メドレーの習得を目指し、競泳の知識と泳ぎを身につけるための練習を行います。	
成人水泳 上級	金	10:00～11:00		4泳法を基礎から習得できるよう指導いたします。	
成人水泳 4泳法	金	11:00～12:00		クロールの呼吸ができる方を対象に、4泳法の習得と個人メドレーの完成を目指します。	
成人水泳 中上級	金	18:30～19:30		水の特性を活かしながら効率よくウォーキングを行い、4泳法の習得も目指します。	
ウォーキング&スイム	水	18:30～19:30		水中ストレッチや筋力強化を行い、膝痛や腰痛などの症状改善を目指します。	
膝痛腰痛肩こり改善	月	11:30～12:30		各20名	水中ウォーキングのプログラムと様々な水中運動を融合させたハイブリッドな教室です。
ウォーキング &エクササイズ	月	13:00～14:00		筋力強化・柔軟性アップ・バランス感覚を養うのに最適! 泳がない方でも安心してご参加いただけます。	
水中ウォーキング	水	11:00～12:00			

## イベント情報

**アクアジム** 7月・12月開催予定  
子供から大人まで楽しめる水上アスレチック!



- 泳力検定会** 年1回開催
- 泳法特訓** **アクアビクス**
- ボールプール** など...

その他さまざまなイベントを開催しています!



詳しくはQRコードをご確認ください

級認定基準表

12級	一人で顔つけ5秒の習得	4級	背泳ぎキック25mの習得
11級	一人で潜り5秒の習得	4S級	背泳ぎ25mの習得
10級	けのび5秒の習得	3級	平泳ぎキック25mの習得
9級	けのびバタ足5mの習得	3S級	平泳ぎ25mの習得
8級	面かぶりクロール7mの習得(呼吸なし)	2級	バタフライキック25mの習得
7級	クロール7mの習得	2S級	バタフライ25mの習得
6級	クロール12.5mの習得	1級	100m個人メドレーの習得
5級	クロール25mの習得	Master	各種目の目標タイムの突破

入会金・年会費 事務手数料 **0円!**

指定品は **キャップのみ!!** お好きな水着で ご参加いただけます

れんらくアプリ 導入しました!! 情報配信・欠席・振替連絡など 24時間いつでもアプリで対応可能

# TAC 鶴ヶ谷 ウォーターパーク

TEL.022-252-1186 〒983-0824 宮城県仙台市宮城野区鶴ヶ谷8-19-1

http://www.tm-sendai.com/  
FAX.022-252-1189

開館時間/9:00～20:00  
休館日/毎月1回の保守点検日、  
年末年始、  
法定点検  
※詳しい日程は窓口にお問い合わせください。

指定管理者 (株)株式会社東京アスレチッククラブ、  
TM共同事業体 (株)三菱電機ビルソリューションズ株式会社

■個人使用料

時間	一般 (高校生相当以上)	小中学生	幼児
2時間まで	590円	230円	無料
超過1時間ごと	290円	110円	
共通回数券(11枚綴り)	5,900円	2,300円	



※アバイン立体駐車場も2時間まで無料でご利用できます。

至泉方面 至白石方面

仙台オープン病院 鶴ヶ谷中央公園 鶴ヶ谷団地 鶴ヶ谷東小学校

アバイン 駐車場① 消防署 駐車場②

TAC鶴ヶ谷ウォーターパーク 至仙台駅方面

生協COOP(鶴ヶ谷店) 七十七銀行 鶴ヶ谷支店

参加者募集

TAC 葛岡 ウォーターパーク  
〒989-3121 仙台市青葉区郷六字葛岡57-1  
TEL.022-277-8598

TAC 水の森 ウォーターパーク  
〒981-0962 仙台市青葉区水の森4-1-1  
TEL.022-277-2713

仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬  
〒989-3124 仙台市青葉区上愛子松原39-1  
【体育館】TEL.022-392-5340  
【プール】TEL.022-392-2595