教室名	対象	内容	期間	時間	定員	申込期間
【子どもの部】						
やまべコース	小学４～６年生 ※水泳クラブ所属者などを除く	初歩のクロール	9月3日～11月12日 (毎週火木　計16回)	16:00 ～17:00	15人 (定員締切)	8月16日 ～8月29日
親子スイミング	２～３歳の幼児と (平成28年4月～29年3月生) 保護者 ※幼児はオムツを卒業していること ※保護者も水着で一緒に参加します	水慣れ・水遊び	9月3日～11月12日 (毎週火　計6回)	11:00 ～12:00	8組 (定員締切)	8月16日 ～8月29日
とんぎょコース	小学１～３年生 ※水泳クラブ所属者などを除く	初歩の背泳ぎ 初歩のクロール (背泳ぎ２５m（ヘルパーなし）を泳げる方に限る)	9月4日～11月13日 (毎週水金　計16回)	16:00 ～17:00	①背泳ぎ ｺｰｽ20人 ②クロール ｺｰｽ15人 (定員締切)	8月16日 ～8月29日
幼児ひよこさんコース	３・４歳の幼児 (平成27年4月2日～平成28年4月1日生)	水慣れ・水遊び	9月3日～11月12日 (毎週火　計6回)	14:45 ～15:45	10人 (定員締切)	8月16日 ～8月29日
幼児ぺんぎんさんコース	４・５歳の幼児 (平成26年4月2日～平成27年4月1日生)	水慣れ・水遊び	9月4日～11月13日 (毎週水　計6回)	14:45 ～15:45	10人 (定員締切)	8月16日 ～8月29日
チビッ子水泳教室	５・６歳で 2020年就学の幼児 ※水泳クラブ所属者などを除く	水慣れ・水遊び	9月6日～10月25日 (毎週金　計8回)	14:45 ～15:45	15人 (定員締切)	8月16日 ～8月29日
【大人の部】						
水中運動教室（朝の部）	一般市民 ＊学生を除く	Aコース ｽﾄﾚｯﾁ＋水中運動 Bコース 水中運動	Aコース 9月3日～11月12日 (毎週火木　計16回) Bコース 9月4日～11月13日 (毎週水金　計16回)	9:45 ～10:45	各コース 15人 (定員締切)	8月15日 ～8月28日
水中運動教室（夜の部）	一般市民 ＊学生を除く	水中ウォーキング 水中運動	Aコース 9月4日～11月27日 (毎週水　計8回) Bコース 9月6日～11月29日 (毎週金　計13回)	19:00 ～20:00	各コース 15人 (定員締切)	8月15日 ～8月28日
ストレッチ運動教室 ①午前の部 ②午後の部	一般市民 ＊学生を除く	ストレッチ	①午前の部 9月4日～11月13日 (毎週水金　計16回) ②午後の部 9月3日～11月12日 (毎週火木　計16回)	①午前 9:45 ～10:45 ②午後 13:30 ～14:30	各コース 20人 (定員締切)	8月15日 ～8月28日
大人の水泳教室	一般市民 ＊学生を除く	初歩の平泳ぎ	9月5日～10月24日 (毎週木　計8回)	19:00 ～20:00	15人 (定員締切)	8月15日 ～8月28日
大人の水泳教室【初級】	一般市民 ＊学生を除く	初歩の水慣れ、クロール、背泳ぎ	9月4日～11月13日 (毎週水金　計16回)	11:00 ～12:00	15人 (定員締切)	8月15日 ～8月28日
大人の水泳教室【中級】	一般市民 ＊学生を除く	平泳ぎ、バタフライ	9月4日～11月13日 (毎週水金　計16回)	11:00 ～12:00	15人 (定員締切)	8月15日 ～8月28日

※いずれも５～７月に受講された方や一度受講された方も再受講可能です。
また、受講料は無料ですが、各自でスポーツ安全保険等の保険に加入することをお勧めします。