

	スイスイ イケブクロカイジョウ 水泳 (池袋会場)			スイスイ カサイカイジョウ 水泳 (葛西会場)		
	日にち	時間	場所	日にち	時間	場所
1	4/1(日)	17:30~18:30	ナイススポーツ東京・池袋	1/14(土)	15:00~16:30	江戸川区スポーツセンター
2	4/8(日)			1/28(土)		
3	4/15(日)			2/25(土)		
4	4/22(日)			3/10(土)		
5	4/29(日・祝)			3/24(土)		
6				4/14(土)		
7				4/28(土)		
8						
9						
10						
11						
12						
会場	ナイススポーツ東京・池袋、東京体育館			江戸川区スポーツセンター、BumB東京スポーツ文化館 東京体育館		
主任 コーチ	島立			吉田		
マネージャー	和田					
募集 定員	定員なし			江戸川区周辺のアスリート (中学生以上)を中心に30名		
参加費	1,000円			300円(コース代、備品代含む)		
交通	<p>・ナイススポーツ東京・池袋 (豊島区東池袋4-27-10) JR山手線「池袋」駅 徒歩10分 東京メトロ有楽町線「東池袋」駅 徒歩3分 サンシャインシティ隣西友4F</p> <p>・東京体育館 (渋谷区千駄ヶ谷1-17-1) 都営地下鉄大江戸線「国立競技場」駅A4出口 徒歩1分 JR中央線(普通)・総武線「千駄ヶ谷」駅下車 徒歩1分</p>			<p>・江戸川区スポーツセンター(江戸川区西葛西4-2-20) (http://www.edogawa-spocen.com/map.html) 東京メトロ東西線「西葛西」北口徒歩7分 バス:新小岩(新小21)→西葛西駅下車 葛西臨海公園(西葛20)西葛西駅下車 臨海町2丁目団地(西葛27)→西葛西駅下車 なぎさニュータウン(能29)→スポーツセンター下車 *江戸川区スポーツランドに間違われて行かれる方がいますので ご注意ください。</p>		
出欠 連絡	出欠の予定変更は早めに連絡下さい。 月～金(10:00～17:00): SONT事務局 03-3615-5569 土日:マネージャー和田 携帯			出欠の予定変更は早めに連絡下さい。 月～金(10:00～17:00): SONT事務局03-3615-5569 欠席連絡は、掲示板を使用しております。 アドレスについてメールリスト登録と同時に周知します。		
服装 他	水着、ゴーグル、キャップ 持物には全てに名前を書いて下さい。			水着、ゴーグル、キャップ 持物には全てに名前を書いて下さい。		
備考	<p>* 17:00前にビル内に立ち入らないでください。</p> <p>* 15:30以降、固形物は摂食しないで下さい。</p> <p>* 下着など持ち物には名前を書いて下さい。</p>			<p>* プログラムの始まる1時間半前までに食事を済ませてください。</p> <p>* 江戸川区スポーツセンターの水深(1m50cm)の関係上、中学生以上になります。</p> <p>* 定員を超えた申込みの場合は、抽選となります。以前、本プログラムに参加された方優先となります。事前に連絡がない場合は、参加可能とお考えください。</p> <p>* 連絡用としてメールリストに登録致しますので、新規申込みの方は、参加申込書にeメールアドレスを記入願います。(携帯可)アドレスのない方はFAX・TELにて対応致します。</p>		