※画像はイメージです。

心の寄り所と健康な体を約束します。

水泳教室

こども向け教室もあります!

マーメイドパレス スポーツ教室

生徒募集

第2期生 9月▶12月

健やかな生活のお手伝いを、
あなたにぴったりの教室で
チャレンジしてみませんか?

ヨガ・エクササイズ教室　スリム美ボディを目指します。

※画像はイメージです。

安城市レジャープール
マーメイドパレス

https://www.mermaidpalace.jp

〒444-1221　安城市和泉町大下23-1

☎0566-92-7351

アクセス

- JR東海道本線（安城駅より車で20分）
- 名鉄線（新安城駅より車で30分）
- あんくるバス（南部線「マーメイドパレス」下車）
- 国道23号知立バイパス（和泉インターから南へ5分）

無料バスの運行もしております。
運行ルートについては、ホームページをご覧ください。

管理運営／TAC・テルウェル共同事業体
（株式会社東京アスレティッククラブ・テルウェル西日本株式会社）

●利用料金

区分	プール 個人利用券（1人1回につき）	プール 団体利用券（20名以上）（1人1回につき）	トレーニングルーム 個人利用券（1人1回につき）
大人（高校生以上）	510円	410円	200円
小人（中学生以下）	200円	160円	
障害者等大人（高校生以上）	250円		100円
障害者等小人（中学生以下）	100円		
高齢者（満65歳以上）	400円		160円

●プール利用時間

10月～5月	平日	午後1時～午後8時まで
	土・日・祝	午前10時～午後8時まで
6月～9月	平日	午後1時～午後9時まで
	土・日・祝	午前9時～午後9時まで
	夏休み期間	午前9時～午後9時まで

●トレーニングルーム開館日 午前10時～午後9時まで

ICカード型前払式利用券　マーメイドパレス専用			
チャージ額	2,000円	5,000円	15,000円
販売額	1,800円	4,500円	10,500円

※初めて購入する方は、受付でお買い求めください。※2回目以降は、券売機で入金（チャージ）してください。

休館日／毎週月曜日（祝日にあたるときは開館）
点検日（6月下旬に5日間程度、10月上旬から20日間程度）
年末年始（12月28日～1月4日）

※夏休み期間中は、休館日はありません。夏休み期間は毎年異なりますのでお問い合わせください。
※余熱利用施設のため、設備点検等により臨時に休館する場合があります。

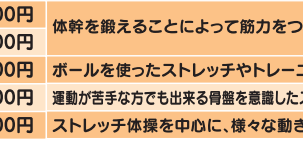
安城市レジャープール **マーメイドパレス**　**令和7年度　第2期（9月～12月）**

定期スポーツ教室 開催のお知らせ

プール教室

子ども向け教室

教室名	曜日	時間	対象	対応級	定員	回数	一括料金(税込)	内容
親子水泳	土	16:00～16:50	3歳以上の未就学児と保護者（おむつが取れているお子様）		10組	11回	6,820円	お子様に水泳を習わせたい。でも、もう少しそばで見守ってあげたい。まだ1人でスクールに通わせるのは不安。そんな親子が一緒に参加できるプログラムです。
幼児水泳	火	16:00～16:50	4歳以上～未就学児	20～13級	10名	13回	8,060円	水泳教室がはじめての子から水が大好きな子まで、級認定基準に則り、楽しく水に親しみながら習得していきます。
	水	16:00～16:50			10名	13回	8,060円	
	木	16:00～16:50			10名	13回	8,060円	
	金	16:00～16:50			10名	13回	8,060円	
	土	15:00～15:50			10名	11回	6,820円	
小学生水泳A	火	16:00～16:50	小学生	20～6級	45名	13回	8,060円	全く泳げない子から4泳法習得を目指す子まで、級認定基準に則り、楽しく水に親しみながら習得していきます。
	水	16:00～16:50			45名	13回	8,060円	
	木	16:00～16:50			45名	13回	8,060円	
	金	16:00～16:50			45名	13回	8,060円	
	土	16:00～16:50			45名	11回	6,820円	
小学生水泳B※	火	17:00～17:50	小学生	12～1級	25名	13回	8,060円	4泳法の基礎習得から技術・体力の向上を目指す子まで、級認定基準表に則り習得していきます。
	金	17:00～17:50			25名	13回	8,060円	



級認定制度について

幼児水泳、小学生水泳A・Bではお子様の個々に合った指導を行うため、現段階での泳力をチェックし、独自の級認定制度を導入いたします。級認定はお子様が4泳法を泳げるようになるまでの過程・到達基準であり、優劣を決めるものではございませんのでご安心ください。

※指定のスイミングキャップ（660円）の購入をお願いいたします。
※過去に教室に参加されていた方で、指定スイミングキャップ・級のワッペンをお持ちの方は引き続きご利用いただけます。

大人向け教室（高校生相当以上）

教室名	曜日	時間	対象	定員	回数	一括料金(税込)	内容
成人初級	水	15:00～15:50	潜れる方	10名	13回	7,470円	水泳をはじめたばかりの方、まずはクロールを泳げるようになりたい方のためのプログラムです。
成人初・中級	火	19:00～19:50	クロールを25m泳げる方	10名	13回	7,470円	4泳法の習得を目指します。きれいなフォームで無理なく泳げるよう練習します。
成人中級	水	15:00～15:50	クロール・背泳ぎを無理なく25m以上泳げる方	10名	13回	7,470円	平泳ぎ・バタフライの基礎習得を中心とした練習をします。
	金	15:00～15:50		10名	13回	7,470円	
成人上級	金	11:00～11:50	4泳法を25m以上泳げる方	20名	13回	7,470円	4泳法の泳力向上や泳ぐ距離を伸ばし、体力向上を目指します。
レディーススイム	火	15:00～15:50	高校生相当以上の女性	20名	13回	7,470円	初級者はクロール・背泳ぎ習得、中級者は平泳ぎ・バタフライ習得を目指します。
	木	15:00～15:50		20名	13回	7,470円	
美BODYアクア	火	11:00～11:50	高校生相当以上	30名	13回	7,470円	音楽に合わせて全身を水中で動かすアクアビクスです。美しいボディラインを目指します。
水中ウォーキング	水	11:00～11:50	中・高齢者	30名	13回	7,470円	水の特性を活かしながら水中歩行やトレーニングをします。腰痛・膝痛等の方にもおすすめの運動です。
水中エクササイズ	金	13:00～13:50	高校生相当以上	20名	13回	7,470円	ジョイボールを使用した水中歩行や筋トレで体幹を鍛え、音楽に合わせた全身エクササイズで体力アップを目指します。

※初めて定期スポーツ教室に参加される方は、初回に級認定テストを行います。（既に12～1級のいずれかのワッペンをお持ちの方は、級認定テストは行いません）

◉幼児・小学生水泳教室泳力対応表

級	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
泳力	顔つけ3秒	潜り5秒	伏し浮き5秒	けのび4m背浮き3秒	バタ足12.5m	グライドキック7m	面かぶりクロール7m	クロール12.5m	クロール25m	背泳ぎキック12.5m	背泳ぎ25m	平泳ぎキック12.5m	平泳ぎ25m	バタフライキック12.5m	バタフライ25m	クロール50m	背泳ぎ50m	平泳ぎ50m	バタフライ50m	個人メドレー100m
幼児	幼児水泳																			
小学生	小学生水泳Aにて一緒に練習															小学生水泳Bにて一緒に練習				
	小学生水泳A								小学生水泳B											

◉第2期（9～12月）曜日別開催日

開催月 / 開催日	9月				10月		11月				12月				全回数
火曜日	2	9	16	30	21	28	4	11	18	25	2	9	16		13回
水曜日	3	10	17	24	22	29	5	12	19	26	3	10	17		13回
木曜日	4	11	18	25	23	30	6	13	20	27	4	11	18		13回
金曜日	5	12	19	26	24	31	7	14	21	28	5	12	19		13回
土曜日	20	27	—	—	18	25	1	8	15	29	6	13	20		11回

級数別ワッペン

※過去に教室に参加されていた方で、指定スイミングキャップ・級のワッペンを既にお持ちの方は、引き続きご利用いただけます。

◉級認定基準表

級	認定内容
20級	顔つけ3秒の習得
19級	潜り5秒の習得
18級	伏し浮き5秒の習得
17級	けのび4m、背浮き3秒の習得
16級	バタ足12.5m（顔上げビート板有り）の習得
15級	グライドキック7mの習得
14級	面かぶりクロール7mの習得
13級	クロール12.5m（呼吸有り）の習得
12級	クロール25mの習得
11級	背泳ぎキック12.5mの習得
10級	背泳ぎ25mの習得
9級	平泳ぎキック12.5mの習得
8級	平泳ぎ25mの習得
7級	バタフライキック12.5mの習得
6級	バタフライ25mの習得
5級	クロール50mの習得
4級	背泳ぎ50mの習得
3級	平泳ぎ50mの習得
2級	バタフライ50mの習得
1級	個人メドレー100mの習得

スタジオ・その他教室

大人向け教室

教室名	曜日	時間	対象	開催日程 9月	10月	11月	12月	定員	回数	一括料金(税込)	内容
プールサイドYOGA	火	10:00～10:50	高校生相当以上	2、16、30日	21日	4、18日	2、16日	30名	8回	4,600円	高温多湿の環境でヨガを行うことによって、デトックス、脂肪燃焼の効果が期待できます。
腸活エクササイズ①	火	10:00～10:50		2、9、16、30日	21、28日	—	—	5名	6回	3,000円	腸の動きを活性化させ、太りにくく痩せやすい体を目指します。
腸活エクササイズ②	火	10:00～10:50		—	—	4、11、18、25日	2、9、16日	5名	7回	3,500円	
美腹筋トレーニング①	火	11:00～11:50		2、9、16、30日	21、28日	—	—	5名	6回	3,000円	ポッコリお腹は卒業したい！という方のための腹筋強化プログラムです。
美腹筋トレーニング②	火	11:00～11:50		—	—	4、11、18、25日	2、9、16日	5名	7回	3,500円	
はじめてさんのゆったりヨガ	水	10:30～11:30		10、24日	22日	12、26日	10日	6名	6回	3,000円	正しい呼吸法と一連のポーズにより体の内側から鍛え、美しい身体を作ることができます。
体幹トレーニングA	水	14:00～15:00		3、17日	22日	5、19日	3、17日	6名	7回	3,500円	体幹を鍛えることによって筋力をつけ、体のバランスを整えます。
体幹トレーニングB(初心者向け)	水	14:00～15:00		10、24日	29日	12、26日	10日	6名	6回	3,000円	
ミニボールエクササイズ	木	11:00～12:00		4、18日	23日	6、20日	4、18日	6名	7回	3,500円	ボールを使ったストレッチやトレーニングで体を鍛えます。
骨盤エクササイズ	木	11:00～12:00		11、25日	30日	13、27日	11日	6名	6回	3,000円	運動が苦手な方でも出来る骨盤を意識したストレッチやトレーニングで体のバランスを整えます。
女性のためのマットエクササイズ	金	10:30～11:30	高校生相当以上の女性	5、19日	31日	7、21日	5、19日	6名	7回	3,500円	ストレッチ体操を中心に、様々な動きを取り入れて全身のバランスを整えます。

申込方法のご案内

下の3通りから選んでお申込ください。　**【応募期間】令和7年6月24日（火）～7月1日（火）必着**

① 往復ハガキでお申し込み

往復ハガキに必要事項をご記入の上ご応募ください
※返信用ハガキにもご住所・氏名をご記入ください。

〈返信面〉

85 返信

□□□-□□□□

応募者のご住所

応募者のお名前

□□□ □□□□

〈往信面〉

1.応募者（参加者）氏名・ふりがな
2.参加希望教室（曜日・時間・教室名）
3.住所・郵便番号
4.生年月日
5.年齢
6.電話番号（日中つながる番号）
〈子ども教室の場合は下記内容も記入願います〉
7.保護者氏名
8.学年（新学年）

〈往信面〉

85 往信

444-1221

安城市和泉町大下23番地1

安城市レジャープール
マーメイドパレス
教室募集　係

□□□ □□□□

〈返信面〉

※未記入でお願いします

② 窓口で申し込み

返信用の官製ハガキをお持ちいただき、窓口配布の「応募用紙」に必要事項すべてをご記入の上窓口にて直接ご応募ください。
※返信用ハガキにご住所・氏名をご記入ください。

③ ネットで申し込み

ホームページからご応募ください。
URL:
https://www.mermaidpalace.jp

マーメイドパレス　安城　検索

応募スケジュール

1次募集
6月24日（火）～7月1日（火）必着
※締切後の応募はお受けできません。2次募集にご応募下さい。

結果発表　7月4日（金）
※返信用はがき又はメールが届かない場合は施設へお問い合わせください。

2次募集開始（空き教室のみ）
7月15日（火）10時受付開始
※定員に達していない教室の情報は7月4日（金）からホームページ・館内掲示でお知らせします。

注意事項

- ●お一人様1教室のみご応募ください。※複数申込の場合は無効となります。
- ●2次募集から複数の教室申し込みが可能となります。
- ●申込者が定員を超える場合は、抽選となります（安城市在住の方を優先します）。
- ●当選は返信ハガキ及びメールにてお知らせします。
- ●当選された方はキャンセルが無いようにお願いします。
- ●募集人数より申込人数が大幅に少ない教室はやむを得ず中止になる場合がございます。
- ●参加対象は教室の参加に支障なく、グループ練習が可能な方になります。
- ●教室申込締切後も定員に空きがある教室は残り回数分の参加料で参加できます。
- ●対象外、対応級外の場合は無効となります。

個人情報保護方針

TAC・テルウェル共同事業体は、利用者様からお預かりした個人情報について、その重要性を深く認識し、個人情報保護に関する法令及びその他の規範を遵守すると共に、以下の通り個人情報保護方針を定め、これを実行し維持します。①個人情報を提供して頂くにあたっては、必要な範囲内で適法且つ公正な手段によって行います。②お預かりした個人情報（以下、個人情報とします）を利用するにあたっては、お預かりした目的の範囲内で行います。③個人情報を適切かつ慎重に管理し、個人情報の紛失、破壊、改ざん及び漏洩等がないようにします。④個人情報を法令による等正当な理由がない限り第三者に開示、提供はいたしません。⑤お客様は当事業体に対して、「個人情報保護に関する法律」に定めるところにより、お客様ご自身に関する保有個人データを開示・訂正・削除する事を請求することが出来ます。⑥個人情報保護方針及び個人情報についてのお問い合わせは、下記までお願いいたします。

【安城市レジャープール　マーメイドパレス】　住所：〒444-1221　愛知県安城市和泉町大下23番地1　TEL：0566-92-7351