

主催 ナユキスイミングクラブ ペンギン倶楽部

三浦半島

トレッキング & 海遊び

イチゴ狩り

① 4・14 日曜日

② 4・21 日曜日

集合・解散場所：京急線品川駅 高輪口

集合・解散時間：9時・17時

対象：年長 ～

参加費：スイミングクラブ会員の方はペンギン倶楽部会員となります
ペンギン倶楽部のプログラムに参加したことのある方もペンギン倶楽部会員
となります。（消費税込み）

ペンギン 倶楽部会員	ペンギン 倶楽部会員友人	ペンギン 倶楽部会員外
10800円	11880円	12960円

ナユキスイミングクラブの会員以外の方も参加できます。

他のスイミングにそのまま通いながら、

ペンギン倶楽部のプログラムに参加できます。

スイミングに行っているお友達も、行っていないお友達も

みんな一緒に参加することができるのがペンギン倶楽部です。

ぜひ声をかけてあげてください！！

少人数制指導なので

安全に、安心して

プログラムを楽しむことができます

ペンギン倶楽部のプログラムは、参加者5名程度に指導者が1名つきますので、

参加者ひとり一人の顔色や態度などから体調などを把握することができます。

その子の性格や体力などに応じて、手をさし伸べるなどのサポートが可能となります。

どんなことでもお気軽にご相談ください

運動が苦手な子や女の子は

運動する時間がドンドン減っています

文部科学省が行っている「体力・運動能力調査」によると、子どもの体力・運動能力は昭和60年ごろから現在まで低下傾向が続いています。

運動が苦手な子や女の子の運動時間も比例するように短くなってきています。

その背景には、遊ぶ場所や時間がないということだけではなく、

子どもたちを取り巻く運動（スポーツ）をする環境にも問題があります。

これまでの日本のスポーツ文化は、試合に勝つことこそが最重要課題となっていました。

勝つための練習が当たり前で、指導者もそのための指導をし続けています。

しかし、運動が苦手な子たちにとっては、

勝つことが目的となる運動（スポーツ）は辛いだけで楽しさがありません。

楽しいからこそ、続けられる！楽しいからこそ、頑張れる！！

その結果、苦しいことや辛いことにもめげないで乗り越えていく精神力が養われていきます。

何より大切なことは、楽しく体を動かすことができるかです。

気付いたら、ドンドン上達している。もっと頑張ろう！！

と思えて、好きな物が増えていくように、指導者はリードしていきます



◆ 行程

集合 9時 京急線品川駅高輪口

品川駅（京急線） → 京急長沢駅 → トレッキングスタート

→ 三浦富士頂上にて昼食 → 下山 → イチゴ狩り

→ 津久井浜にて海遊び → 津久井浜駅（京急線） → 品川駅（京急線）

解散 17時 京急線品川駅高輪口

◆ 持ち物 お弁当 水筒 おやつ スポーツタオル 雨具 ビニール袋2枚 着替え

※ 天候により、プログラムに変更などがあります。予めご了承ください。

◆ 定員 20名（先着順です。定員になり次第締め切ります）

※ 最少催行人数10名

◆ 対象 年長以上

◆ 申込開始日 **4月2日**（火） 正午

申込開始日以前のお申し込みはお受けできません ご注意ください！

◆ 申込締切日 4月7日（日） 正午

◆ 申込方法 インターネット申し込みと参加費のご入金をもちまして申込み完了となります。インターネット申し込み後、一週間以内にご入金ください
一週間を超えてご入金がない場合には、申込み順番が繰り下げとなりますので、ご注意ください。



① 左記QRコードを読み込み、入力フォームより必要事項をご入力下さい
または、下記のリンク先からもご入力いただけます。

<https://goo.gl/forms/yIFpTRMlLPiCuHyF3>

② 参加費は練習時にお持ちいただくか、銀行お振込をお願いいたします
振込手数料は各自ご負担ください

☆お振込みの際のお願い☆

お振り込みの際には、振込み者のお名前を参加者（お子様）のお名前をお願いいたします。
また、お名前の前に、Pイ とご入力下さい。お手数料をおかけしますがよろしくをお願いいたします。

例) Pイ ナユキタロウ (参加者氏名)

振込先が
変わりました！

ゆうちょ銀行から郵貯へ
【記号】 10280 【番号】 1661816
名義： 株式会社 ナユクスイミングクラブ

他金融機関からゆうちょ銀行へ
【店名】 028(読み ゼロハチ) 【店番】 028
【預金科目】 普通預金 【口座番号】 1661816
名義： 株式会社 ナユクスイミングクラブ

その他・注意事項

- ① 中止の場合は、前日または当日の朝6時までにメールにて連絡をさせていただきます
- ② 天候により参加者の安全を第一に考え、プログラム内容の変更があります
- ③ クラブ会員外の方も参加出来ます。是非お友達をお誘い下さい
- ④ お弁当は、**おにぎりやサンドイッチ**など、手軽に食べられてかさばらないものを持ってきてください
- ⑤ 事故などの補償は参加の際に加入する傷害保険の補償範囲が限度となります

イチゴの作付け状況に寄り、実施できない場合もありますので予めご承知おきください

キャンセルについて

キャンセル費用	実施日 4/14	実施日 4/21
参加費の50%	4/7（日曜日）～13（前日）	4/14（日曜日）～20（前日）
参加費の80%	4/13（前日）～14（当日）AM8時まで	4/20（前日）～21（当日）AM8時まで
参加費の100%	4/14（当日）AM8時以降～	4/21（当日）AM8時以降～