



## 真田山プールのスイミングスクールは

**① 丁寧な  
レッスン**

レベルに応じた  
カリキュラム

**② 楽しい  
スクール**

やる気を引き出し  
泳ぐ事が楽しくなる

**③ 優しい  
コーチ**

自信がつく  
ほめる指導

# 夏の短期水泳教室

参加者募集

WEB予約は  
コチラから



コース内容に  
ついては裏面を  
ご確認ください

クレジット決済OK!

## 入会キャンペーンも実施中!



真田山プール

# 3つの安心

1

お休みしても  
振替制度が  
あるから

**安心**

2

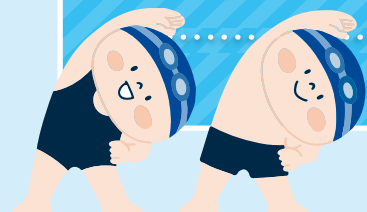
お子さまの  
成長が  
わかるから

**安心**

3

安全第一の  
丁寧な  
指導で

**安心**



※写真はイメージです。

# 大阪市立 真田山プール

〒543-0015 大阪市天王寺区真田山町5-109 真田山公園内

■お問い合わせ

TEL: 06-6765-0176

<https://www.cospa-wellness.co.jp/corp/sanadayama/>

営業時間 平日・土日・祝 9:00～21:00

窓口受付時間 平日・土日・祝 9:00～20:00

休館日

毎週月曜日・年末年始

※月曜日が祝日の場合、翌平日が休館日になります。  
※施設点検などのため臨時休館することがあります。

2026年6月時点の情報です。記載の内容は予告なく終了する場合がございます。



# 夏の短期水泳教室 参加者募集

WEB予約は  
コチラから



クレジット決済OK!

店頭受付の際に  
必要なもの

受講料



印鑑

## 4日間集中コース 短期教室定番の4日間集中コースです。最終日はレベル認定を行います。

日程	時間	対象	定員	参加費
① 7月21日(火)~7月24日(金)	① 8:30~9:30	3歳~ 中学生	各期間 40名	6,600円 (税込)
② 7月28日(火)~7月31日(金)	② 9:30~10:30			
③ 8月4日(火)~8月7日(金)	③ 8:30~9:30			
④ 8月18日(火)~8月21日(金)	④ 9:30~10:30			
	⑤ 8:30~9:30			
	⑥ 9:30~10:30			
	⑦ 8:30~9:30			
	⑧ 9:30~10:30			



## ベビー1ヶ月短期コース (月組最大4回)

日程	時間	対象	定員	参加費
7月組 6月30日(火)~7月25日(土)	火・木 10:30~11:20	4ヶ月~3歳	各月組 5名	4,730円 (税込)
8月組 7月28日(火)~8月27日(木)	土曜 13:00~13:50			
9月組 9月1日(火)~9月26日(土)				

## パーソナルコース

日程	時間	対象	定員	参加費
8月3日(月)	① 9:00~9:45	会員のみ	各8名 コーチ1人に 2名	5,500円 (税込)
	② 10:00~10:45	ワッペン レベル 9~		
	③ 11:00~11:45			

## 水なれコース

日程	時間	対象	定員	参加費
7月 火 ①6月30日-7月7日 ②7月14日-7月21日	15:00~ 15:40	未就学児	各 5名	550円 (税込)
水 ①7月1日-7月8日 ②7月15日-7月22日				
木 ①7月2日-7月9日 ②7月16日-7月23日				
金 ①7月3日-7月10日 ②7月17日-7月24日				
8月 火 ①7月28日-8月4日 ②8月18日-8月25日				
水 ①7月29日-8月5日 ②8月19日-8月26日				
木 ①7月30日-8月6日 ②8月20日-8月27日				
金 ①7月31日-8月7日 ②8月21日-8月28日				
9月 火 ①9月1日-9月8日 ②9月15日-9月22日				
水 ①9月2日-9月9日 ②9月16日-9月23日				
木 ①9月3日-9月10日 ②9月17日-9月24日				
金 ①9月4日-9月11日 ②9月18日-9月25日				

## 着衣水泳会体験会

8月3日(月) 時間 13:30~14:30  
無料 対象 小学4年生~中学生  
WEB予約はありません 定員 30名

## 縁日

8月3日(月) 時間 15:00~17:00  
無料 対象 中学生以下  
WEB予約はありません 定員 100名

■キャンセルについて...コース開始14日前から8日前までのキャンセル料は参加費の20%、コース開始7日前から前日までのキャンセル料は参加費の40%を頂戴いたします。当日以降はキャンセルできません。予めご了承ください。  
■コース変更について...変更希望コースの始まる前営業日までにお申し出ください。定員の場合はご希望に添えません。予めご了承ください。  
■振替について...短期教室のため振替制度はございません。予めご了承ください。

### キッズスイミングスクール時間割表

2026年6月現在

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					4歳~小学生 B61 レベル0~24	
					4歳~小学生 B62 レベル0~24	
	4ヶ月~3歳 Iベビー 4回/8回		4ヶ月~3歳 Iベビー 4回/8回		4歳~小学生 B63 レベル0~24	
					5歳~小学生 C6 レベル0~28	
					4ヶ月~3歳 Iベビー 4回/8回	
					3歳~小学2年 A61 レベル0~18	
	2歳~小学2年 A2 レベル0~18	2歳~小学2年 A3 レベル0~18	2歳~小学2年 A4 レベル0~18	2歳~小学2年 A5 レベル0~18	4歳~小学生 B64 レベル0~24	
	4歳~小学生 B2 レベル0~24	4歳~小学生 B3 レベル0~24	4歳~小学生 B4 レベル0~24	4歳~小学生 B5 レベル0~24	ジュニア D62 レベル7~30	
	5歳~小学生 C2 レベル0~28	5歳~小学生 C3 レベル0~28	5歳~小学生 C4 レベル0~28	5歳~小学生 C5 レベル0~28		
	ジュニア J4/JF レベル31~	ジュニア J5 レベル31~	ジュニア J4/JF レベル31~	ジュニア J5 レベル31~	ジュニア J4/JF レベル31~	ジュニア J5 レベル31~

※表示時間には、点呼、移動、解散を含みます。

### キッズスイミングスクール料金表

クラス	Iベビー	A	B	C	D	Jジュニア
対象年齢	4ヶ月~3歳	2歳~小学2年 ※土曜日のみ3歳~	4歳~小学生	5歳~小学生	5歳~中学生	
対象レベル		レベル0~18	レベル0~24	レベル0~28	レベル7~30	レベル31以上
受講料	フリー出席制 4回 4,730円 8回 6,380円	週1回(4回) 6,380円			フリー出席制 4回 6,380円 7回 8,580円	

### 認定基準レベル表

グレード	レベル	認定基準	グレード	レベル	認定基準
めだか	1	自分で顔つけができる	グッドスイマー	19	平泳ぎ顔つけ板キック12.5mができる
水慣れの基礎	2	水中に顔つけ3秒間ができる	20	平泳ぎ板キック25mができる	
	3	呼吸止め5秒間ができる	21	平泳ぎ25mが泳げる	
きんぎょ	4	その場伏し浮きができる	22	クロール50mが泳げる(クイックターン)	
浮き身からキックの基礎	5	板キック5mができる	23	背泳ぎ50mが泳げる(オーバーローラーターン)	
	6	板キック10mができる	24	平泳ぎ50mが泳げる	
ラッコ	7	背面キック5mができる	25	バタフライ板キック25mができる	
背面キック強化とキック力の強化	8	背面キック10mができる	26	ノーブルバタフライ12.5mが泳げる	
	9	板キック12.5m呼吸付と板キック12.5mが連続してできる	27	バタフライ25mが泳げる	
どひょうお	10	背面キック(両手は下)12.5mと背面キック(両手は上)12.5mが連続してできる	28	顔上げ平泳ぎ50mが泳げる	
背面キック強化とクロールの基礎	11	けのびキック10mができる	29	バタフライ50mが泳げる	
	12	ノーブルクロール10mが泳げる	30	個人メドレー100mが泳げる	
ドルフィン	13	クロール(呼吸付)12.5mが泳げる			
クロールと背泳ぎの完成	14	クロール25mが泳げる			
	15	クロール12.5mが泳げる			
	16	クロール25mが泳げる			
	17	背面キック25mができる(両手は上)			
	18	背泳ぎ25mが泳げる			

※レベル1~14まで腰ヘルパー着用。※お子さまのレベルに合わせて判定します。

## 真田山プール利用料 入会金不要

### ●屋内プール利用料 ※レッスンを受講される方は、別途レッスン料が必要です。

対象	1回券(当日券)	回数券(11回分)	定期券(1ヶ月)
大人 16歳以上 65歳未満	¥700	¥7,000	¥4,900
高齢者 65歳以上	¥350	¥3,500	¥2,450
子ども 6歳以上 16歳未満	¥350	¥3,500	¥2,450

### ●屋外プール利用料

対象	1回券(当日券)
大人 16歳以上 65歳未満	¥400
高齢者 65歳以上	¥150
子ども 6歳以上 16歳未満	¥150

●屋内プールでの小学4年生以下のお子さまは16歳以上の保護者さまの同伴が必要です。(保護者さま1名につき子ども3名まで)  
●屋内プールでは、スイミングキャップが必要です。※レンタルはございません。  
●障がい者等(介護者含む)は無料です。介護を要する障がい者等は介護者の同伴が必要です。障がい者手帳をお持ちください。  
●高齢者の方は年齢等証明できるものをお持ちください。  
詳しくはお問い合わせください。

1回だけでも、たくさん使う人も、選んでお得に楽しもう!

大阪市立 真田山プール

アクセス  
Osaka Metro-JR環状線「玉造駅」下車  
南西へ徒歩約10分  
Osaka Metro-近鉄-JR環状線「鶴橋駅」下車  
北西へ徒歩約15分

表示価格は10%の消費税を含んでおります。

真・田・山 に集まれ!

# わくわく夏祭り

参加  
無料

2026年 8月3日 (月)

【時間】 15:00~17:00

【場所】 真田山プール

(B1Fプールフロント前エントランス)

★催しもの★

- ヨーヨー釣り
- スーパーボールすくい
- わなげ
- くじ引き など

対象：各教室、スクール生のお子さまと保護者さま  
着衣水泳に参加されたお子さまもご参加いただけます。

※イベント内容は変更になる場合がございます。予めご了承ください。

●実施時間の間は出入り自由です。

●当日は**会員証の提示**が必要になります。

大阪市立 真田山プール

TEL : 06-6765-0176

# 着衣水泳 体験会

水中で衣服を着用した状態で、「あわてず浮いて待つ」を体験し、命を守るための方法を学びます。



日時

8月3日 (月)

13:30~14:30

※30分前を目安に店舗へお越しください。

会場

真田山プール (屋内)

定員

30組

対象

3歳以上でお水が怖くない人ならどなたでも。

※小学生以下のお子さまは保護者同伴で入水が必要です。

持ち物

※保護者 (16歳以上) 1人につき2名まで

・水着、長袖(ラッシュガード不可)、長ズボン  
※衣服は必ず水着の上から着用してください。  
※レンタル物はございません。

参加費  
無料

- ・店頭でのお申込みとなります。  
※電話受付不可
- ・中学生以上は1人で1組
- ・キャンセルは前日までに  
ご連絡ください。

申し込み開始: 6月2日 (火) ~

スクール生以外のお子さまは縁日にも参加いただけます。

大阪市立 真田山プール

TEL: 06-6765-0176