



## 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

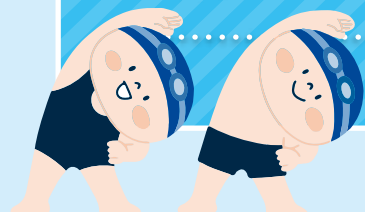
お子さまの  
成長が  
わかるから

**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



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!

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。

| ① | 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~<br>中学生 | 各期間<br>40名 | 6,600円<br>(税込) |
| ② |                   | ② 9:30~10:30 |            |            |                |
| ③ | 7月28日(火)~7月31日(金) | ③ 8:30~9:30  |            |            |                |
| ④ |                   | ④ 9:30~10:30 |            |            |                |
| ⑤ | 8月4日(火)~8月7日(金)   | ⑤ 8:30~9:30  |            |            |                |
| ⑥ |                   | ⑥ 9:30~10:30 |            |            |                |
| ⑦ | 8月18日(火)~8月21日(金) | ⑦ 8:30~9:30  |            |            |                |
| ⑧ |                   | 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<br>5名 | 4,730円<br>(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<br>コーチ1人に<br>2名 | 5,500円<br>(税込) |
|         | ② 10:00~10:45 | ワッペン<br>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~<br>15:40 | 未就学児 | 各<br>5名 | 550円<br>(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<br>B61 レベル0~24   |     |
|     |                            |                         |                         |                         | 4歳~小学生<br>B62 レベル0~24   |     |
|     | 4ヶ月~3歳<br>Iベビー 4回/8回       |                         | 4ヶ月~3歳<br>Iベビー 4回/8回    |                         | 4歳~小学生<br>B63 レベル0~24   |     |
|     |                            |                         |                         |                         | 5歳~小学生<br>C6 レベル0~28    |     |
|     |                            |                         |                         |                         | 4ヶ月~3歳<br>Iベビー 4回/8回    |     |
|     |                            |                         |                         |                         | 3歳~小学2年<br>A61 レベル0~18  |     |
|     | 2歳~小学2年<br>A2 レベル0~18      | 2歳~小学2年<br>A3 レベル0~18   | 2歳~小学2年<br>A4 レベル0~18   | 2歳~小学2年<br>A5 レベル0~18   | 4歳~小学生<br>B64 レベル0~24   |     |
|     | 4歳~小学生<br>B2 レベル0~24       | 4歳~小学生<br>B3 レベル0~24    | 4歳~小学生<br>B4 レベル0~24    | 4歳~小学生<br>B5 レベル0~24    | ジュニア<br>D62 レベル7~30     |     |
|     | 5歳~小学生<br>C2 レベル0~28       | 5歳~小学生<br>C3 レベル0~28    | 5歳~小学生<br>C4 レベル0~28    | 5歳~小学生<br>C5 レベル0~28    |                         |     |
|     | 5歳~中学生<br>J4/JF<br>レベル7~30 | 5歳~中学生<br>J5<br>レベル7~30 | ジュニア<br>J4/JF<br>レベル31~ | 5歳~中学生<br>J5<br>レベル7~30 | ジュニア<br>J4/JF<br>レベル31~ |     |

### 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<br>※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<br>4回 4,730円<br>8回 6,380円 | 週1回(4回)<br>6,380円    |         |         | フリー出席制<br>4回 6,380円<br>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(フリップターン)   |                     |
| 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(オーバーロールターン) |                     |
|                 | 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       |                     |
| 背面導入とキック力の強化    | 8   | 背面キック10mができる                              | 26      | ノープレバタフライ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           |                     |
| どぶお             | 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  | ノープレクロール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が泳げる(両手は上)                        |         |                        |                     |
|                 | 18  | 背泳ぎ25mが泳げる                                |         |                        |                     |

### 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。

# 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

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