

旅も日常も
もっと楽しく

講師が
語る

旅の文化カレッジ

旅と旅の合間の生活を豊かにし、旅をもっと楽しんでいただく。「旅の文化カレッジ」はクラブツーリズムの室内講座です。専門知識をもった講師陣と、日常をより豊かにしませんか。

第2回
初心者のための
ダイビング・シュノーケリング講座

今回の講師

山内友貴先生 & 松浦浩一先生



山内友貴先生

優良ガイドダイバー2級。これまで2500回以上のダイビングを経験。「ダイビングの癒しと水中でのあらゆる感動をぜひ一緒に体験しましょう!」。

松浦浩一先生

優良ガイドダイバー1級。ダイビング業界で24年間のキャリア。老若男女問わず、体験ダイビングから各種プロコースを担当。2008年度には最優秀コースディレクターを受賞。



ダイビングは 誰でも楽しめる

青空の下に広がる、透き通るような海でダイビングする。海中は熱帯魚やサンゴ礁でにぎわい、ダイバーを別世界へ連れ出す。やってみたい、けれど体力に自信が……、という方はたくさんいるのではないだろうか。「ダイビングには体力が必要ありません。シニアの方でも、体力に自信がない方でも、どんなにでも楽しんでいただけるスポーツなんです」と山内友貴先生は語る。また、水が怖くなければ

泳げない方でも始められる、とても門戸の広いものだという。講座では2回の座学と、1回のプールでの実践を行う。プールでは3名につき1名の講師がサポート、器材はすべてレンタルなので初心者の方におすすめだ。講座にはシュノーケリングのコースもご用意。こちらも受講すれば、海水浴が一層楽しくなるはずだ。「初めて潜ったときの、青の中に吸い込まれるようなワクワクする感じが忘れられません」と山内先生は笑顔で話す。本講座から、まず最初のステップを踏み出そう。



ダイビング未経験のスタッフ・向井田俊子さん(写真左)が、実際に体験しながら、オリジナルプログラムを組みました



受講後9月下旬~10月に宮古島ツアーをご案内予定(病歴やケガなどによってはご参加できない場合があります)

ダイビング講座 (全3回)		シュノーケリング講座 (全3回)	
1時間目	室内 8月20日(月) 13時~14時半 ダイビングで広がる世界や安全性についての講座。器材の装備体験も。	1時間目	室内 8月22日(水) 13時~14時半 シュノーケリングの楽しみと生物への接し方、危険生物の対応など。
2時間目	室内 8月20日(月) 15時~16時半 医療的な視点からのシニアの危険回避術や、耳抜き練習など。	2時間目	室内 8月22日(水) 15時~16時半 器材の使い方をはじめ、呼吸法や潜降テクニックをレクチャー。
3時間目	※いずれかの日程と時間を選択 プール 8月30日(木) 9月9日(日)・17日(月) 10時~12時/13時~15時/16時~18時(8月のみ) いよいよプールで実践! 水中での呼吸や、無重力体験。	3時間目	※いずれかの日程と時間を選択 プール 8月27日(月) 9月1日(土) 10時~12時/13時~15時/16時~18時(8月のみ) プールで実践! 足ひれを使ったスイム方法やさまざまなコツを伝授。
コース番号: E6770-080 参加費(おひとり様) 18,000円(3回分)		コース番号: E6771-080 参加費(おひとり様) 15,000円(3回分)	

●会場: 新宿アイランドウイング(地図P.70) ●受付: 1名様より
※未経験または初心者限定の講座です ※3時間目はダイビングスクールマレア池袋店の大型専用プールで行います ※3時間目はそれぞれの時間で最大6名様まで受付(先着順)



資料請求番号

104002-080

旅の文化カレッジの講座のご案内はパンフレットでもご用意しております。

次号はこの講座をご紹介します!

鉄道講座 (予定)

お笑いコンビ・ダーリンハニーの吉川正洋さんが講師となつて、さまざまな鉄道の魅力をお伝えします。



大宮の鉄道博物館へ

- 写真
- 俳句
- グルメ
- 謡曲
- 音楽・歌
- 書道
- 健康
- ダンス
- いけ花
- 落語
- その他特別講座も随時開催!

講座紹介
毎日をもっと
楽しく生きると!
約190講座!



手芸



絵画・スケッチ



語学

上記ツアーのお申し込みは

03(5323)6822

月~金9:15~17:30 (土・日・祝は休業)

詳しくは
WEBで!

旅の文化カレッジ

検索

講師インタビュー
全文掲載中