

수영 여름방학 특강 수강생 모집

인천대학교 스포츠센터에서 여름방학을 맞아 어린이와 청소년의 기초 체력 증진과 수중 안전사고 예방을 위한 특별 수영 강습을 개설합니다.

| | |
|---------|--|
| ◆ 접수 기간 | 2026. 07. 06(월) 09시부터 ~ 2026. 07. 10(금) 18시까지 |
| ◆ 신청 방법 | 인천대학교 스포츠센터 홈페이지(https://sport.inu.ac.kr) 및 방문접수 |
| ◆ 등록 방법 | 카드결제 |
| ◆ 교육 기간 | 2026. 07. 27(월)부터 ~ 2026. 08. 14(금)까지 - 3주 과정 |
| ◆ 지원 자격 | 초·중·고등학생 |

유의사항

- 수강생은 스포츠시설의 이용을 위해 **이용약관 및 이용자 준수사항, 안전수칙 등 유의사항을 준수할 의무가 있으며**, 개인 질병이 있는 수강생은 사전 고지와 이용 동의를 작성하고 등록해야 합니다.
- 모집인원의 60% 이상 등록 시 개설**, 인원 미달 시 합반 또는 폐강될 수 있음.
- 교육시작 전 **전액환불은 07월 26일(일)까지** 신청에 한하며, 이후 발생하는 환불은 일반교육 환불규정에 의해 반환되며, 환불 시 감면 대상은 원래학습비가 적용됩니다.

여름방학 특강 프로그램

| 교과명 | 강의요일 | 반명 | 강사명 | 인원 | 교육시간 | 학습비 |
|---------|-----------|------|-----|-----|-------------|----------|
| 수영 방학특강 | 월/화/수/목/금 | 초급반 | | 15명 | 14:00~14:50 | 243,000원 |
| | | 마스터반 | | 15명 | | |
| 수영 방학특강 | 월/화/수/목/금 | 초급반 | | 15명 | 15:00~15:50 | 243,000원 |
| | | 마스터반 | | 15명 | | |

※ 교육기간 중 주말 자유수영 가능(둘째, 넷째 주 일요일 정기 휴관)

차시별 학습내용

| 주차 | 초급반 | 마스터반 |
|-----|--|---|
| 1주차 | 물 적응 및 기초발차기 -수중 호흡법(음-과) 및 코로 공기 내뿜기 연습 -안전한 입·퇴수 방법 및 물과 친해지기 -지상 및 수중 발차기 기초, 헬퍼 착용 후 발차기 | 스타트·턴 및 전 영법 자세 교정 -개인별 영법 분석 및 맞춤형 자세 교정 -기초 스타트(다이빙) 및 턴(플립턴, 터치턴) 기술 습득 |
| 2주차 | 킥판 발차기 및 자유형 팔동작 -킥판 잡고 발차기 및 킥판 없이 발차기 연습 -지상 및 수중 자유형 팔동작(롤링 기초) -헬퍼 및 킥판을 활용한 자유형 콤비(팔+발) 연습 | 수영안전 영법(라이프가드) 교육 -헤드업 자유형 및 헤드업 평영 연습 -트라젠(Trudgen) 영법 기술 및 구조 발차기 기초 훈련 -수중 위기 상황 대처 능력 배양 |
| 3주차 | 자유형 완성 및 배영 입문 -자유형 호흡 및 전반적인 콤비네이션 자세 교정 -배영 호흡법 및 누워서 뜨기 익히기 -배영 발차기 연습 및 기초 안전 수영 가이드 | 지구력 향상 및 인터벌 트레이닝 -장거리 수영을 위한 호흡 및 페이스 조절 훈련 -인터벌 트레이닝을 통한 심폐지구력 강화 -지상 체력 훈련 병행 및 최종기록 측정 |

| 감면안내 |

| 감면대상 | 감 면 율 | 증빙서류 |
|---------------------------------|-------|---------------------------------|
| 사회적배려대상자 (장애3급 이상, 기초생활수급자) | 10% | 복지카드사본 수급자 증명서(신청기간에 발급한 서류) |
| 인천대학교 교직원 및 가족 (시간강사, 계약직포함) | 30% | 재직증명서, 가족관계증명서 |
| 수강생의 직계존비속 수강시 | 각10% | 등본 또는 가족관계증명서 |

※ 중복 감면은 불가하며, 감면신청은 학기 종료 전 까지만 신청 가능합니다.

※ 감면대상자는 감면신청서와 증빙서류를 함께 제출(방문 및 Fax ☎ 835-4124) - 미제출시 감면불가

| 환불안내 |

| 교육 시작 전 | 교육 시작 후 |
|---|---|
| <p>전액 환불</p> <p>교육시작 전이라 함은 “모집요강에 명시된 전체 교육기간 전”을 말하며, 전액환불 기간은 모집요강에 별도 명시함.</p> | <p>공정거래위원회 소비자분쟁해결기준 '총이용금액의 10%(위약금) + '사용일수 해당금액' 공제 후 반환 ※ 중도 취소(환불) 시 감면 전 학습비 적용</p> |

※ 반환금액의 산정은 반환신청서를 작성한 날까지 경과된 수업시간으로 한다.

인천대학교 스포츠센터

Tel: 032)835-4121 / FAX: 032)835-4663

홈페이지 <https://sport.inu.ac.kr>