

スイミングスクール案内

《コース・料金のご案内》

◎ 幼稚園児 コース／1回 60分

◎ 学童 コース／1回 60分(初級、中級)

(料金) 事務手数料 3,300円(税込) 本体価格 3,000円

月謝	週1回	7,480円	本体価格 6,800円
	週1回	(土曜クラス)7,700円	本体価格 7,000円
	週2回	9,680円	本体価格 8,800円
	週3回	12,100円	本体価格11,000円

● 会費について

月会費の引落日は毎月、当月26日となり、所定口座より引き落としとなります。

● 練習回数について

練習回数は、各コースとも年間44回となっております。

月々の練習回数はコースによって異なる場合がございます。スケジュール表をご確認ください。

《スイミング時間割》

対象		曜日	時間	入場時間	月謝制
3歳～ 小学校1年生	幼稚園児 0級～15級	火	15:15～16:15	15:10	
		水			
		木			
		金			
		土	※11:15～12:15 13:45～14:45	11:10 13:40	
6歳以上	学童初級 0級～12級	火	16:20～17:20	16:10	
		水			
		木			
		金			
	土	14:50～15:50	14:40		
	学童中級 12級～8級	火	17:20～18:20	17:10	
		水			
		木			
		金			
土		10:00～11:00 15:50～16:50	9:50 15:40		

※・・・13級まで在籍可能です。

●振替練習について

理由を問わず 練習を欠席する場合または欠席した場合他の曜日へ練習日の振替が可能です。お申し込みはWEBにてご予約下さい。(電話予約不可)

※コースにより振替人数に制限がございますのでお早めにご予約ください。

※平日コースの方は、土曜日コースに振替出来ません。

土曜日クラスはどこでも振替可能。

振替期間: 当月、翌月内 振替回数: 月の練習回数

※テスト日の振替でも練習日に振替が可能です。

●進級テストについて

毎月 最終練習週に進級テストを行います。進級テストに合格すると合格証の発行と館内に合格者発表として写真付きで掲示を行います。(写真不要の場合は申請をお願いします。)

◆入会者は、学童コース・幼稚園コースとも0級からのスタートとなります。

ただし、他のスイミングスクール等で練習していたお子様は1回目の練習時に泳力チェックを行い、級を判定します。

テストは担当コーチが合否を判定致します。

●退会について

退会される月の末日までに退会届をスクールフロントまでご提出ください。

※WEBでも退会手続きが可能です。1Fフロントでも承ります。

●休会について

休会される月の前月末日までに休会届をスクールフロントまでご提出ください。

休会月の会費は、1ヶ月1,100円(税込)となります。

※WEBでも退会手続きが可能です。1Fフロントでも承ります。

●コース変更について

コース変更される月の前月末日までにコース変更届をスクールフロントまでご提出ください。 ※WEBでも退会手続きが可能です。1Fフロントでも承ります。

●住所変更について

住所、電話番号等が変更になりましたら わかった時点でWEBで住所変更をお願いいたします。

※各種届け出については、電話やメール、口頭での受付は一切行っておりません。

進級基準(帽子)

幼稚園 (Bコース)

級		帽子	進級基準
0	級	ピンク	顔つけ 3秒
22	級		水潜り
21	級		水潜り 3秒 立ち飛び込み
20	級	赤	背浮き
19	級		けのび
18	級	黄	けのびキック 5M
17	級	黄☆	背浮きキック 7M
16	級	青	ノープレクロール 8M
15	級	水色	クロール 12.5M

学童 (Cコース)

級		帽子	進級基準
0	級	ピンク	顔つけ 3秒
21	級		水潜り 3秒 立ち飛び込み
20	級		赤
19	級	けのび	
18	級	黄	けのびキック 7M
17	級	黄☆	背浮きキック 10M
16	級	青	ノープレクロール 8M
15	級	水色	クロール 12.5M
14	級	水色☆	クロール 25M
13	級	オレンジ	背泳ぎ 25M
12	級	緑	平泳ぎキック 25M

学童 (D・Eコース)

級		帽子	進級基準
11	級	緑☆	平泳ぎ 25M
10	級	白	バタフライ 25M
9	級	帽子自由	個人メドレー 100M 2分45秒以内
8	級		個人メドレー 100M 2分30秒以内
7	級	帽子自由	タイム

※白帽子以上は帽子は自由となります。

※赤ワニ帽子、黒ワニ帽子希望の方は1Fフロントで購入できます。



進級基準



〈幼稚園コース〉

級	習得目標	クリアー条件
0級	顔つけ3秒	※顔全体を水につけることができる。 ※3秒がまんできる。 ※目は閉じていても良い。
22級	水潜り	※頭までしっかり潜ることができる。(2秒) ※目は閉じていても良い。
21級	水慣れ (水潜り・立ち飛込み)	水潜り ※バブリングができる。(水中でブクブクと息を吐ける) ※目を開けて3秒水に潜ることができる。
		立ち飛込み ※プールサイドから両足で水中に足から飛び込むことができる。 ※怖がらずに先生の合図で飛び込むことができる。
20級	背浮き	※両足で壁を押してスタートができる。 ※スタート後、体の力を抜いて水平な浮き身をとることができる。(ひとりで浮ける) ※顎を引いて水中に潜り、両足が床についてからスムーズに立つことができる。
19級	けのび	※水中に頭を入れてから、両足で壁を押してスタートできる。 ※スタート後、体の力を抜いて水平な浮き身をとることができる。(ひとりで浮ける) ※両手を前から後ろへかきながら、両足が床についてからスムーズに立つことができる。
18級	けのびキック5M	※水中に頭を入れてから、両足で壁を押してスタートができる。 ※キックは足の力が抜けた状態で、腿から大きくリズムカルに動かすことができる。
17級	背浮きキック7M	※両足で壁を押してスタートし、水平姿勢を保つことができる。 ※足の力が抜けた状態で、腿から動かすことができる。 ※呼吸が正しくできる。(鼻から吐き、口で吸う) ※進みの良いキックができる。

※16級合格より、学童コースでの練習が可能となります。15級までは幼稚園コースで練習可能です。

〈学童コース〉

級	習得目標	クリアー条件
0級	顔つけ3秒	※顔全体を水につけることができる。 ※3秒がまんできる。 ※目は閉じていても良い。
21級	水慣れ (水潜り・立ち飛込み)	水潜り ※鼻・口から息を吐くことができる。 ※目を開けて3秒水に潜ることができる。
		立ち飛込み ※プールサイドから水中に足から飛び込むことができる。 ※怖がらずに先生の合図で飛び込むことができる。
20級	背浮き	※両足で壁を押してスタートができる。 ※スタート後、体の力を抜いて水平な浮き身をとることができる。(ひとりで浮ける) ※顎を引いて水中に潜り、両足が床についてからスムーズに立つことができる。
19級	けのび	※水中に頭を入れてから、両足で壁を押してスタートができる。 ※スタート後、体の力を抜いて水平な浮き身をとることができる。(ひとりで浮ける) ※両手を前から後ろへかきながら、両足が床についてからスムーズに立つことができる。

級	習得目標	クリアー条件	
18級	けのびキック7M	※水中に頭を入れてから、両足で壁を押してスタートができる。 ※キックは足の力が抜けた状態で、腿から大きくリズムカルに動かすことができる。	
17級	背浮きキック10M	※両足で壁を押してスタートし、水平姿勢を保つことができる。 ※足の力が抜けた状態で、腿からリズムカルに動かすことができる。 ※呼吸が正しくできる。(鼻から吐き、口で吸う) ※進みの良いキックが10Mできる。	
16級	ノーブレクロール8M	スタート	※オーバーハンドスタートでスタートができる。
		キック	※進みが良く、リズムカルに動かすことができる。
		手	※手の平で後方へ水を押すことができる。 ※水を押した後、大きく腕を回し、指先から前方へ入水することができる。
		泳力	※練習中に8Mを何度も泳ぐことができる。 ※進みの良いノーブレクロールを8M泳ぐことができる。
15級	クロール12.5M	呼吸	※頭を起こさずに、横を向いて呼吸する事ができる。 ※水中でしっかり息を吐くことができる。 ※伸びをとって泳ぐことができる。
		泳力	※12.5Mリズム良く、何度も泳ぐことができる。
14級	クロール25M	呼吸	※頭を起こさずに、横を向いて呼吸することができる。 ※水中でしっかり息を吐くことができる。 ※伸びをとって泳ぐことができる。
		泳力	※25Mリズム良く、何度も泳ぐことができる。
13級	背泳ぎ25M	スタート	※両手を頭の方へ振り上げながら壁を蹴り、身体を伸ばした状態から片手のかき出しから泳ぎ始めることができる。
		キック	※進みがよく、リズムカルに動かすことができる。
		手	※手の平で後方へ水を押すことができる。
		泳力	※水平姿勢を保って泳ぐことができる。 ※キック・手・呼吸が止まらずにバランス良くリズムカルに泳ぐことができる。
12級	平泳ぎキック25M	※ビート板を持ち水中からスタートし、足首・膝を曲げて左右対称に動かすことができる。 ※一けりに一回のタイミングで呼吸をすることができる。 ※常に力の入らない姿勢を保つことができる。	
11級	平泳ぎ25M	スタート	※一かき一けりから始めることができる。
		手	※一かき毎に伸びをとり、手を大きくかきすぎないで動かすことができる。
		泳力	※伸びをとることができる。 ※キック・手・呼吸のタイミングをとることができる。
10級	バタフライ25M	キック	※両足を揃え、膝・足首を柔らかく使いリズム良く動かす事ができる。
		手	※手の平で最後まで水を押すことができる。 ※手の戻しは左右対称に横から大きく戻すことができる。
		泳力	※一かきに二回のキックのタイミングで泳ぐことができる。 ※二かきに一回のタイミングで呼吸ができる。
9級	個人メドレー100M (ターン)	※ターンはしっかり体一つ潜って伸びをとることができる。	
		Fly→Ba	※両手タッチ後、両手を上げて潜り、片手を下ろしてから泳ぐことができる。
		Ba→Br	※片手タッチをした後、潜ってけのび姿勢をとり、一かき一けりを水中で行ってから泳ぐことができる。
		Br→Fr	※両手タッチをした後、潜ってけのび姿勢をとってから泳ぐことができる。
		※合格目安タイム：2分45秒	
8級	個人メドレー100M (泳力アップ)	※全てのターンをスムーズに行うことができる。 ※合格目安タイム：2分30秒	