

はじめてのお子様でも大丈夫！水に慣れ、楽しく継続！楽しく上達！ 【姿勢～キック～ストローク～コンビネーション！正しいフォームを指導します！】

通年制プール教室（毎月のお月謝制）



継続して参加できる教室です。1ヶ月単位の月会費が必要となります。月会費は、単価×曜日別開催日数を事前にお支払いいただきます。

No	教室名	曜日	実施時間	定員	対象	料金	内容
1	乳幼児水泳	月	14:30~15:30	20名	3歳~4歳	800円×月開催日数/ 月謝+施設利用料	親から離れて初めてのプールデビュー!まずはプールに慣れることから始めましょう。顔付けやもぐり、水に浮くことを覚えて楽しく練習をします。
2		水	14:30~15:30	20名			
3		土	14:00~15:00	20名			
4	幼児水泳	月	15:30~16:30	30名	4歳~ 未就学児	800円×月開催日数/ 月謝+施設利用料	顔付け~背面キック、呼吸付きクロールまでを練習します。 ●泳力基準対象:16級~11級 (10級以上はジュニアクラスで練習となります) ●定期的に進級テスト日を開催します。合わせて指導者推薦制度(泳力達成による都度進級)も実施します。
5		火	15:30~16:30	30名			
6		水	15:30~16:30	30名			
7		木	15:30~16:30	30名			
8		金	15:30~16:30	30名			
9	ジュニア水泳①	土	15:00~16:00	30名	小・中学生	800円×月開催日数/ 月謝+施設利用料	顔付け~4泳法(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)、タイム級まで、クラス別に個人のレベルに沿った練習をします。 ●泳力基準対象:16級~M1級 ●定期的に進級テスト日を開催します。合わせて指導者推薦制度(泳力達成による都度進級)も実施します。
10		月	16:30~17:30	50名			
11		火	16:30~17:30	50名			
12		水	16:30~17:30	50名			
13		木	16:30~17:30	50名			
14	ジュニア水泳②	金	16:30~17:30	50名	小・中学生	800円×月開催日数/ 月謝+施設利用料	より高い技術、泳法を習得する為のクラスです。 ●泳力基準対象:3級~M1級 ●定期的に進級テスト日を開催します。合わせて指導者推薦制度(泳力達成による都度進級)も実施します。
15		土	16:00~17:00	50名			
16		月	17:30~18:30	50名			
17		火	17:30~18:30	50名			
18		水	17:30~18:30	50名			
19	ジュニア水泳③	木	17:30~18:30	50名	小・中学生	800円×月開催日数/ 月謝+施設利用料	より高い技術、泳法を習得する為のクラスです。 ●泳力基準対象:3級~M1級 ●定期的に進級テスト日を開催します。合わせて指導者推薦制度(泳力達成による都度進級)も実施します。
20		金	17:30~18:30	50名			
21		土	17:00~18:00	50名			
22		月	18:30~19:30	20名			
23		火	18:30~19:30	20名			
24	ジュニア水泳 上級	水	18:30~19:30	20名	小・中学生	800円×月開催日数/ 月謝+施設利用料	より高い技術、泳法を習得する為のクラスです。 ●泳力基準対象:3級~M1級 ●定期的に進級テスト日を開催します。合わせて指導者推薦制度(泳力達成による都度進級)も実施します。
25		木	18:30~19:30	20名			
26		土	18:00~19:00	20名			
27	障がい者水泳教室	第4日	14:00~14:50	10名	小中学生の障がい者 手帳をお持ちの方 (介助者の入水も可)	800円×月開催日数/ 月謝+施設利用料	水泳を楽しみながらスポーツの習慣づくりと社会的学習を目指していきます。 ※トイレコントロールのできる方、医師より運動制限の診断を受けていない方がご参加できます。



プール教室進級基準

※進級基準は練習内容の目安、目標となるもので、優劣を判定するものではありません。

練習内容		距離	年齢	クロール50M	背泳ぎ50M	平泳ぎ50M	バタフライ50M
16級	もぐり・バブリング	—	M5級	8歳以下	1'05"00	1'10"00	1'15"00
15級	浮き身・背浮き	—		9歳以上	55"00	1'00"00	1'05"00
14級	面かぶりキック・背浮きキック	5m	M4級	8歳以下	1'00"00	1'05"00	1'10"00
13級	面かぶりクロール	7m		9歳以上	50"00	55"00	1'00"00
12級	呼吸付きクロール	12.5m	M3級	8歳以下	55"00	1'00"00	1'05"00
11級	背面キック	12.5m		9歳以上	45"00	50"00	55"00
10級	呼吸付きクロール	25m	M2級	8歳以下	45"00	50"00	55"00
9級	背面キック	25m		9~10歳	41"00	47"00	52"00
8級	背泳ぎ	25m		11~12歳	37"00	43"00	47"00
7級	平泳ぎキック	25m		13~14歳	34"00	39"00	43"00
6級	平泳ぎ	25m	M1級	15歳以上	32"00	37"00	41"00
5級	バタフライキック	25m		自己ベストタイムの更新			
4級	バタフライ	25m					
3級	クロール・背泳ぎ	50m					
2級	平泳ぎ・バタフライ	50m					
1級	個人メドレー	100m					

1級合格後はM5級に進級し、基準タイム突破を目指します。

入会お手続きは直接施設窓口へお越しください

※各クラス定員がございます。定員に達しているクラスへはキャンセル待ち申込が可能です。

トップページお知らせでも定期的に空き状況を掲載しております。