

### 泳ぐ楽しさに目覚めよう!



#### 持ち物

- ・靴袋・バスタオル・水着・スイムキャップ
- ・ゴーグル（赤帽子クラスよりゴーグル着用可）

※帽子の名前は白い布地の場所にコーチが見えるようにフルネームで記入してください。  
 ※「テスト結果のお知らせ」は、偶数月の4週目の泳法テストの時にお持ちください。  
 ※奇数月4週目は、着衣水泳があります。

- ・着衣泳用のTシャツは、なるべく柔軟剤の使用を控え、お持ち帰り用のビニール袋をお持ちください。

#### レッスンについて ☆3ヶ月毎のスクールカレンダーは、ホームページからご確認ください

- ・練習回数は、週1回クラスの方は月4回（週2回クラスの方月8回）です。
- ・5週目はお休みになる場合と翌月クラスに繰り上がる場合がございます。
- ・スクールカレンダーをご確認の上、お間違えのないようにご出席ください。
- ・レッスン日が祝日にあたる場合は、お休みとなり、月のレッスンが3回になる場合もございます。祝日の分は振替として当月、翌月クラス内でお取りすることが可能です。
- ・当スクールは基礎の水慣れを大切にしています。安全面に関しても水に慣れ、水中で開眼が大切だと考えておりますので、ゴーグル着用は赤帽子クラスからとさせていただきます。

#### ロッカーについて

- ・お荷物は全てプールサイドにお持ちいただきます。洋服・靴等が全て入るバッグをご用意ください。  
※ゲームやカードなどなくなって困るものはお持ちいただかないようお願いいたします。  
※貴重品等の紛失・盗難に関しては当クラブは責任を負いかねますのでご了承ください。
- ・幼児の方のお着替えをお手伝いされる場合は、保護者の方の性別のロッカーをご利用ください。
- ・小学生は、ご自身でお着替えできるようご準備をお願いします。
- ・持ち物には全てお名前のご記入をお願いします。

#### レッスン 当日の流れ

##### 1 フロント

元気にあいさつをしましょう。

##### 2 通路

順番に靴を脱ぎ持参した靴袋に靴を入れ、ロッカーに移動します。

##### 3 スクールロッカー もしくは クラブロッカー

自分の荷物をまとめてプールへ。

- 荷物を置いたらシャワーを浴びてクラスごとに並びます。
- 練習時間は、幼児が45分・小学生が60分です。（体操、点呼等含む）
- レッスン中に気分が悪くなったり、トイレに行きたい時はすぐに先生に声をかけてください。遅刻してしまった場合は、すぐに着替えてプールへ。
- クラブロッカーの利用可能日  
【火曜日～金曜日 14:00～19:15】
- クラブロッカー（大人）のご利用は、おひとりでお着替え、荷物管理等ができるお子様とさせていただきます。
- クラブロッカーのご利用につきましては、フロントにお問い合わせください。

##### 4 プール

体操や点呼等ございますので、5分前にはプールサイドへお越しください。

- 荷物を置いたらシャワーを浴びてクラスごとに並びます。
- 練習時間は、幼児が45分・小学生が60分です。（体操、点呼等含む）
- レッスン中に気分が悪くなったり、トイレに行きたい時はすぐに先生に声をかけてください。遅刻してしまった場合は、すぐに着替えてプールへ。

##### 5 練習終了

忘れ物がないか確認して帰りましょう。

#### テストについて



安全水泳（着衣水泳）→奇数月クラスの第4週目に体験します。  
 泳法カリキュラムテスト→偶数月クラスの第4週目

- テスト合格によりクラスが上がる場合は帽子をご購入頂きます。
- ピンク～青帽子に関しては、合格した項目によりワッペンをお渡します。帽子に縫い付けて下さい。
- 泳法カリキュラムテストの際は、「テスト結果のお知らせ」をプールまでお持ちください。

#### 1 サイクルの 流れ

奇数月（1～3週目） 通常練習

奇数月（4週目） 安全水泳＋通常練習  
**Tシャツをお持ちください**

偶数月（1～3週目） 通常練習

偶数月（4週目） 泳法テスト＋通常練習  
**「テスト結果のお知らせ」をお持ちください**

- ・当日合格のお子様には合格証をお渡します。
- ・「テスト結果のお知らせ」のご返却は、翌週以降とさせていただきます。

#### 振替について

- ・1～3週目までの振替は当月クラスのみとなります。
- ・4週目の振替は当月クラス内、又は翌月クラス1週目に振替できます。  
※ 翌月クラス1週目に振替の場合はテスト判定はできません。
- ・詳細は別紙をご確認ください。



#### ご注意

学校指定伝染病等、それらしき症状が見られた場合は退水していただく場合もあります。又、感染の恐れのある疾病の場合、練習の参加はお控えください。いかなる場合も月レッスン開始後の休室は承れませんのでご了承ください。