

# ジュニア スイミングスクール 開講スケジュール

2024年2月改訂

月	火	水	木	金	土	日
休館日					幼児・小学生 9:00~10:00 4才~10才 対象級:10B~2級	幼児・小学生 9:00~10:00 4才~10才 対象級:10B~5B級
		親子ベビー 10:10~11:00 6ヶ月~4才未満	親子ベビー 10:10~11:00 6ヶ月~4才未満	親子ベビー 10:10~11:00 6ヶ月~4才未満	幼児 10:00~11:00 3才~7才 対象級:10B~4級	幼児・小学生 10:00~11:00 4才~10才 対象級:10B~2級
					幼児・小学生 11:00~12:00 4才~10才 対象級:10B~7級	親子ベビー 11:30~12:20 6ヶ月~4才未満
					幼児 13:00~14:00 3才~7才 対象級:10B~4級	
					幼児・小学生 14:00~15:00 4才~10才 対象級:10B~2級	
					幼児・小学生 15:00~16:00 4才~10才 対象級:10B~2級	小・中学生 15:00~16:00 6才~15才 対象級:1B~S3級
	幼児 15:30~16:30 3才~7才 対象級:10B~4級	幼児 15:30~16:30 3才~7才 対象級:10B~4級	幼児 15:30~16:30 3才~7才 対象級:10B~4級	幼児 15:30~16:30 3才~7才 対象級:10B~4級	選手育成 16:00~17:30 6才~12才	中学・高校生 16:00~17:00 小学5年生~中学生 対象級:S6級以上
	幼児・小学生 16:30~17:30 4才~10才 対象級:10B~2級	幼児・小学生 16:30~17:30 4才~10才 対象級:10B~2級	幼児・小学生 16:30~17:30 4才~10才 対象級:10B~2級	幼児・小学生 16:30~17:30 4才~10才 対象級:10B~2級		
	小・中学生 17:30~18:30 6才~15才 対象級:5B~R級	選手育成 18:00~19:30 6才~12才	小・中学生 17:30~18:30 6才~15才 対象級:5B~R級	選手育成 18:00~19:30 6才~12才	小・中学生 17:30~18:30 6才~15才 対象級:5B~R級	選手 17:00~18:30 8才~18才
	選手 18:30~20:00 8才~18才	選手 18:30~20:00 8才~18才	選手 18:30~20:00 8才~18才	選手 18:30~20:00 8才~18才		

## コース概要

### 親子ベビー (6ヶ月~4才未満)

お子さまと保護者様が水の中でスキンシップを図り、お子様同士、保護者様同士がコミュニケーションの輪を広げることを目的としたコースです。楽しみながら水に慣れ、水への順応性を自然に引き出し、お子様の心身の発達につなげます。また、お子様への水難事故防止や、保護者様への健康維持・向上にも役立ちます。

### 幼児 (3~7才 / 対象級:10B~4級)

- ①基礎動作を楽しみながら習得します。
- ②基礎体力を身につけます。
- ③自主性・社会性・協調性を身につけます。

### 幼児・小学生 (4~10才 / 対象級:10B~2級)

- ①楽しくキックを主体に段階的に習得します。
- ②トータル的な身体能力の向上を図ります。
- ③自主性・社会性・協調性を身につけます。

### 小・中学生 (6~15才 / 対象級:5B~R級)

- ①キックの強化を図りながら段階的にストローク技術を習得します。
- ②トータル的な身体能力の向上を図ります。
- ③自主性・社会性・協調性を身につけます。

### 中学生・高校生 (小学5年生~中学生 / 対象級:S6~R級)

運動習慣の継続・部活動や受験につながる体力づくりはもちろん、キレイでより速く泳げるようにフォーム練習などの競泳要素を加えて、自己記録の更新を目指して練習を行います。

### 選手・選手育成 (6~18才 / コーチからの推薦)

合同記録会・全国ルネサンス水泳競技大会・地域末公認大会への出場および上位入賞を目標にトレーニングを図るコースです。4泳法の伸びのある正しいフォーム作りと基礎体力を強化していきます。

## 月会費

※料金は税込

対象コース	月会費4週月	月会費5週月
平日親子ベビー	5,170円	6,462円
土日親子ベビー	5,830円	7,287円
平日ジュニア (幼児・幼小・小中・中高生)	8,800円	11,000円
土日ジュニア (幼児・幼小・小中・中高生)	9,460円	11,825円
選手育成	13,200円	
選手	14,080円	

### 【スイミングキャップについて】

- スイミングキャップは泳法によって色が変わります。キャップの色が変更になる時は、キャップ購入チケットにてご案内いたします。次回のレッスンまでにご購入ください。
- S級に進級された際には、S級専用キャップをプレゼントいたします。
- ワッペンはその都度付け替えをお願いします。
- 白い布の部分にお名前を記入してください。



スポーツクラブ&スパルネサンス 名古屋熱田24

Tel.052-681-2202

