

# スイミングスクール 開講スケジュール

2024年4月更新

| 月     | 火                      | 水                         | 木   | 金                         | 土                        | 日                                      |
|-------|------------------------|---------------------------|---|---------------------------|--------------------------|--|
| 7:00  |                        |                           |   |                           |                          |  |
| 8:00  |                        |                           |   |                           | 小学生<br>8:00~9:00         | 幼児・小学生<br>8:00~9:00<br>選手<br>7:30~9:30 |
| 9:00  | 膝腰機能改善<br>9:30~10:30   |                           |   |                           | 幼児・小学生<br>9:00~10:00     | 幼児・小学生<br>9:00~10:00                   |
| 10:00 |                        | 親子ベビー<br>10:05~10:55      | 親子ベビー<br>10:05~10:55  | 親子ベビー<br>10:05~10:55      | 幼児<br>10:00~11:00        |  |
| 11:00 |                        | 成人(初・中)<br>11:00~12:00    | 成人(中・上)<br>11:00~12:00  | 成人(初・中)<br>11:00~12:00    | 成人(初・中・上)<br>11:00~12:00 | 親子ベビー<br>10:30~11:20                   |
| 12:00 | 成人(中・上)<br>11:30~12:30 |                           |   |                           |                          |  |
| 13:00 | 成人(初心者)<br>13:00~13:45 |                           |  |                           |                          | 幼児・小学生<br>13:00~14:00                  |
| 14:00 |                        |                           |   | 膝腰機能改善<br>13:50~14:50     | 幼児・小学生<br>14:00~15:00    |  |
| 15:00 |                        | 幼児<br>15:00~16:00         |   | 幼児<br>15:00~16:00         | 小学生<br>15:00~16:00       |  |
| 16:00 | 幼児・小学生<br>16:00~17:00  | 幼児・小学生<br>16:00~17:00     | 幼児・小学生<br>16:00~17:00   | 幼児・小学生<br>16:00~17:00     | 小中学生<br>16:00~17:00      | 選手<br>選手育成<br>16:00~17:30              |
| 17:00 | 小学生<br>17:00~18:00     | 小学生<br>17:00~18:00        | 小学生<br>17:00~18:00  | 小学生<br>17:00~18:00        |                          |  |
| 18:00 | 小中学生<br>18:00~19:00    | 選手<br>選手育成<br>18:00~19:30 | 小中学生<br>18:00~19:00   | 選手<br>選手育成<br>18:00~19:30 | 小中学生<br>18:00~19:00      | 選手<br>選手育成<br>18:00~19:30              |
| 19:00 |                        |                           |   |                           | 成人(初・上)<br>18:00~19:00   |  |
| 20:00 | 成人(中・上)<br>19:30~20:30 | 成人(初・中)<br>19:30~20:30    | 成人(中・上)<br>19:30~20:30  | 成人(初・中)<br>19:30~20:30    |                          |  |

※土曜8:00~の小学生クラスは対象級を6B~S3級とさせていただきます

## 各コースのご案内

※下記の料金は全て税込価格となります

| コース(対象級)      | 対象年齢              | 練習内容                          | 開講日/時間   | 回数                   | 月会費                               | 特別週間                                |
|---------------|-------------------|-------------------------------|--|----------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|
| 親子ベビー         | 6ヶ月~4歳未満のお子様と保護者様 | 水に慣れる・水難事故予防<br>保護者様の健康維持・向上  | 水~金 10:05~10:55 日 10:30~11:20                          | 週1回(平日)<br>フリー(日曜含む) | 5,500円<br>7,480円                  | 6,875円<br>9,350円                    |
| 幼児(10B~7級)    | 3~6歳(未就学児)        | 水慣れ~けのび<br>(水に慣れ浮き身を身につける)    | 水・金 15:00~16:00 土 10:00~11:00                          | 週1回(登録制)             | 平日(火~金)<br>8,360円<br>土日<br>9,020円 | 平日(火~金)<br>10,450円<br>土日<br>11,275円 |
| 幼児小学生(10B~2級) | 3~12歳             | 水慣れ~バタフライ<br>(身体能力の向上を図る)     | 火~金 16:00~17:00 土 9:00~/14:00~<br>日 8:00~/9:00~/13:00~ |                      |                                   |                                     |
| 小学生(10B~S3級)  | 5~12歳             | 水慣れ~スピード向上<br>(身体能力の向上を図る)    | 火~金 17:00~18:00 土 8:00~/15:00~                         |                      |                                   |                                     |
| 小中学生(1B~R級)   | 6~15歳             | スピード向上<br>(身体能力の向上を図る)        | 火~金 18:00~19:00 土 16:00~17:00                          |                      |                                   |                                     |
| 選手育成(コーチ推薦)   | 5~12歳             | 県大会・地域大会への出場<br>入賞を目指す        | 火~金 18:00~19:30 土 16:00~17:30<br>日 7:30~9:30 ※日曜日は選手のみ | 週5回(フリー)             | 12,100円                           |                                     |
| 選手(コーチ推薦)     | 10~22歳            | 全国大会への出場・入賞<br>県大会入賞を目指す      |  | 週6回(フリー)             | 13,200円                           |                                     |
| 成人 初心者        | 12歳(中学生)以上        | 潜り・けのび<br>クロールキックの習得          | 火 13:00~13:45  | 週1回(登録制)             | 5,830円                            | 7,287円                              |
| 成人 初級         | 12歳(中学生)以上        | 水慣れ<br>クロール・背泳ぎの習得            | 火 11:30~12:30 水~金 11:00~12:00<br>土 11:00~12:00         | 週1回(登録制)<br>週2回(登録制) | 7,480円<br>9,460円                  | 9,350円<br>11,825円                   |
| 成人 中級         | 12歳(中学生)以上        | クロール・背泳ぎの泳力向上<br>平泳ぎ・バタフライの習得 |  |                      |                                   |                                     |
| 成人 上級         | 12歳(中学生)以上        | 4泳法の泳力向上<br>個人メドレー            |  |                      |                                   |                                     |
| 膝・腰機能改善水中運動   | 12歳(中学生)以上        | 膝・腰の機能改善                      | 火 9:30~10:30 金 13:50~14:50                             | 週1回(登録制)             | 8,800円                            | 11,000円                             |

