

口論義みらいスポーツコミュニティ 第1期子ども水泳教室

〈教室実施日程〉

| | | |
|----|-----|---------------|
| 5月 | | 12日・19日・26日 |
| 6月 | 土曜日 | 2日・9日・23日・30日 |
| 7月 | | 7日 |

〈時間〉

Aクラス 10:00～11:00

Bクラス 13:00～14:00

〈指導内容〉

※全8回

| 級 | 目 標 |
|-----|---|
| ひよこ | ベンチの上を歩くことができる 頭から水をかぶることができる バブリングができる スタートして浮くことができる 泣かずに練習ができる |
| 20 | (フローター付き) 水中移動ができる 5M 顔つけができる 3秒 |
| 19 | (フローター付き) 水中移動ができる 5M×2 コーチといっしょにもぐることができる |
| 18 | (ヘルパー1個付き) 水中移動ができる 3M その場ポビング 3回 |
| 17 | (ヘルパー1個付き) 伏し浮き 3M 板キック 5M(顔上げ) |
| 16 | (ヘルパー1個付き) 浸顔板キック 12.5M ポビング 5M |

| 級 | 目 標 |
|----|--------------------------------------|
| 15 | (ヘルパー1個付き) ノープレクロール 7M グライドキック 7M |
| 14 | (ヘルパー1個付き) クロール 12.5M |
| 13 | クロール 12.5M |
| 12 | クロール 25M |
| 11 | 背面キック 12.5M |
| 10 | 背泳ぎ 25M |

〈申込開始〉 一般申込 4月9日(月)10:00～

〈参加費〉 10,000円【税込】

〈対象〉 5歳～6年生

〈受付時間〉 月・火・木・金・土 10:00～19:00

日・祝 10:00～17:00

詳しくはプール受付へお問い合わせください。



営業時間 月・火・木・金・土 10:00～20:00

日・祝 10:00～18:00

休館日 水曜日 TEL 0561-73-8959