

スイミングスクールタイムテーブル

平成30年4月期より

	月	火	水	木	金	土	
10:00							10:00
11:00		10:30 S1P ベビー 11:15			10:30 S4P ベビー 11:15		11:00
12:00							12:00
13:00						12:30 S51 11~9級 13:25	13:00
14:00						13:35 S52 8・7級 14:30	14:00
15:00	※ベビー・キッズは45分レッスンです					14:40 S53 11~9級 15:35	15:00
16:00	16:00 S01 11~8級 16:55	15:30 S11 11~9級 キッズ 16:25	15:30 S21 11~10級 キッズ 16:25	15:30 S31 11~9級 キッズ 16:25		15:45 S54 6~4級 16:40	16:00
17:00	17:05 S02 7~4級	16:35 S12 11~7級 17:30	16:35 S22 11~9級 17:30	16:35 S32 10~7級 17:30		16:50 S55 3~1級 17:45	17:00
18:00	18:10 S03 3~1級	17:40 S13 6~4級 18:35	17:40 S23 8~6級 18:35	17:40 S33 6~4級 18:35			18:00
19:00		18:45 S14 3~1級 19:40		18:45 S34 3~1級 19:40			19:00
20:00							20:00

スイミングお休み

※55分レッスンです
※曜日、時間により人数の少ないクラスは「合同クラス」で指導する場合があります

カルチャータイムテーブル

平成30年4月期より

	月	火	水	木	金	土	
10:00							10:00
11:00							11:00
12:00							12:00
13:00							13:00
14:00							14:00
15:00						14:00 N52 新体操 低学年 14:55	15:00
16:00						15:00 N53 新体操 低学年 15:55	16:00
17:00						16:00 N54 新体操 高学・中学生 16:55	17:00
18:00						17:00 N55 新体操 上級 18:55	18:00
19:00							19:00
20:00							20:00

※キッズダンス(年中~小1)は45分レッスンです

年齢	クラス	練習内容
6ヶ月 ~3歳	ベビー	親子で水なれ・パフリング・もぐり(火曜日はママアクア)
2歳 ~園児	キッズ	集団行動・水なれ・もぐり・息こらえ・目開け・浮き身

※ベビー・キッズは45分レッスンです

年齢	クラス	進級基準
3歳以上	11級	平浮き
	10級	けのび・背浮き 面かぶりキック 5M

クラス	進級基準
9級	面かぶりキック 7M 背面キック 10M
8級	ノープレスクロール 10M 背面キック(両手あげ) 15M
7級	クロール 25M 背面キック 25M
6級	背泳ぎ 25M・前回り
5級	ハイエルボークロール 50M
4級	ハイエルボー背泳ぎ 50M

クラス	進級基準
3級	バタフライ 25M
2級	平泳ぎ 25M
1級	個人メドレー 100M 合格タイム 8歳以下 2分00秒 9~10歳 1分50秒 11~12歳 1分45秒 13歳以上 1分35秒

泳力チェック時間
小学生以上・浮ける子が対象

月曜日...19:10
水曜日...18:40
土曜日...11:10