

スクールタイムテーブル

2018年4月期より

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
8:00						
30						
9:00						8:30~10:00 選手
30						
10:00						
30		10:30~11:15 親子ベビー・ ジュニア			10:30~11:15 親子ベビー	
11:00						
30						
12:00						
30						
13:00						
30						
14:00						13:30~14:25 11級~9級
30						
15:00					15:00~15:45 ジュニア	
30						
16:00				15:40~16:35 11級~10級		
30						
17:00		16:20~17:15 11級~7級		16:40~17:35 11級~8級	16:20~17:15 11級~8級	16:30~17:25 5級~3級
30						
18:00		17:20~18:15 6級~2級		17:40~18:35 7級~4級	17:20~18:15 7級~4級	17:30~18:25 2級~A1
30	18:00~19:30 選手	18:15~ 19:10 1級	18:15 ~ 19:30 選手	18:15~19:30 選手	18:15~ 19:10 3級・2級	18:15 ~ 19:30 選手
19:00						
30						
20:00						

進級基準

年齢	クラス	練習内容
6ヶ月~2歳	ベビー	水と親しみながら親子のスキンシップを図る 水難事故防止 もぐり
2歳~5歳	ジュニア	水慣れ・もぐり・浮き身 (一人で練習します)
年齢	クラス	練習内容
満3歳以上	11級	平浮き 5秒 もぐり
	10級	けのび 5秒 ポビングが5回できます 背浮き 5秒
	9級	面かぶりキック 7M 背面キック(両手体側) 10M
	8級	ノーブレスクロール 10M 背面キック(両手上げ) 15M
	7級	25Mクロール
	6級	25M背泳ぎ
	5級	50Mクロール(ハイルホークロール・ターン付き)
	4級	50M背泳ぎ(ハイルホーク・ターン付き)
	3級	25Mバタフライ
	2級	25M平泳ぎ
	1級	100M個人メドレー
選手クラス	(1級合格者以上)	
アクアクラス(A1)	4種目・フィン・シュノーケルを使用した スキンダイビング(2級合格者以上)	

※ 参加人数によっては、合同級で練習を行います。