

# 月島スポーツクラブ 冬のスポーツ教室 小学生編

※ジュニア教室は小学生（平成31年1月現在）が対象です。

教室の内容・レベル・対象年齢をよくお確かめの上、ご応募ください。

▼平成31年1月～3月 小学生（ジュニア）対象プール教室 ▼

## ジュニアスイムⅠ

お子さまのレベルに合わせて水慣れから、けのび、キック、プル(手のかき)と練習し、呼吸を付けたクロール25m完泳までを目標とします。

| 教室番号 | 曜日 | 開催時間        | 定員  | 参加料金  | 回数 | 開催日                        |
|------|----|-------------|-----|-------|----|----------------------------|
| T320 | 月  | 17:00～17:50 | 25名 | ¥4800 | 8回 | 1/21～3/18<br>(2/11は休講)     |
| T321 | 金  | 16:00～16:50 | 25名 | ¥4200 | 7回 | 2/1～3/15<br>(2月からの開催になります) |

## ジュニアⅠレベルアップ

クロールの泳力向上をしながら、平泳ぎのキック導入までを練習します。

※対象者：クロールで25mを泳ぐことができる小学生。

| 教室番号 | 曜日 | 開催時間        | 定員  | 参加料金  | 回数 | 開催日       |
|------|----|-------------|-----|-------|----|-----------|
| T322 | 水  | 17:00～17:50 | 20名 | ¥5400 | 9回 | 1/16～3/13 |

## ジュニア平泳ぎ

小学校の水泳検定でも課題となる平泳ぎ。実はとっても奥が深い泳ぎ方です。煽り足にならない、正しいキックを練習し、平泳ぎスイム完成を目指します。

※対象者：クロールで25mを泳ぐことができる小学生。

| 教室番号 | 曜日 | 開催時間        | 定員  | 参加料金  | 回数 | 開催日       |
|------|----|-------------|-----|-------|----|-----------|
| T323 | 水  | 16:00～16:50 | 25名 | ¥5400 | 9回 | 1/16～3/13 |

## ジュニアスイムⅡ

クロール・平泳ぎを身につけたお子さまへ、バタフライとターンの技術習得を目標とします。また心肺機能の向上を図るため、泳ぐ距離を多めに設定したカリキュラムとなります。

※対象者：クロールで50m以上、平泳ぎで25m以上を続けて泳ぐことができる小学生。

| 教室番号 | 曜日 | 開催時間        | 定員  | 参加料金  | 回数 | 開催日       |
|------|----|-------------|-----|-------|----|-----------|
| T324 | 水  | 17:00～17:50 | 15名 | ¥5400 | 9回 | 1/16～3/13 |

▼平成31年1月～3月 小学生（ジュニア）対象フロア教室 ▼

## ジュニアヒップホップ

ヒップホップやロックといったステップを、課題曲の振り付けをしながら楽しく身につけていきます。一曲一曲、達成感を感じながらダンスしましょう!!



| 教室番号 | 曜日 | 開催時間        | 定員  | 参加料金  | 回数 | 開催日       |
|------|----|-------------|-----|-------|----|-----------|
| T330 | 水  | 16:00～17:00 | 30名 | ¥5400 | 9回 | 1/16～3/13 |