

中央区立月島スポーツプラザ

2022年度子どもスイミングスクール

3/28 現在

2022年4月よりリニューアル！通年スクール制に変わります！

3歳から始められます。※おむつを卒業したお子様から入会可能。

入会金不要

※ 初回入会時は、2ヵ月分の受講料をお支払い頂きます。

受講料

4回/月

¥4,800

①すいすいステップノート(¥990)

②スイミングキャップ(¥550)を購入して頂きます。

募集人数	教室NO.	曜日	コース名	時間	対象	級	定員	内容	開催場所
3名	24	月	リトル	14:00~14:45	3歳~ 未就学児	ひよこ~17級	15名	お子様の自立を促進するコースです。一人で上手に水に慣れ、バタ足のキック練習を行い、一人で泳げるように年齢や体力に合わせて練習していきます。「自分で泳ぐことが楽しくなる」コースです。	幼児プール
4名	25	水					15名		
9名	26	金					15名		
満員	27	月	キンダー	15:00~15:45	4歳~ 小学2年生	ひよこ~15級	15名	水の浮力を使って全身運動をし、基礎体力、運動能力の成長を促すと共に、子どもたちの持つ潜在的な能力や機能を引き出し、精神面でも、協調性・積極性・自立の芽を養います。	幼児プール
満員	28	水					15名		
1名	29	金					15名		
満員	30	月	児童初級	16:00~16:55	小学生以上	17級~10級	15名	クロールと背泳ぎを泳げるようになるコース、さらに平泳ぎ、バタフライをおよげるようになるコースです。 スキルをどんどんアップし「頑張る」⇒「できた!」⇒「嬉しい」というチャレンジに対する心と自信を生み出します。	25mプール
満員	31	水					15名		
満員	32	金					15名		
4名	33	月	児童中級	17:00~17:55	小学生以上	12級~5級	15名		
11名	34	水					15名		
5名	35	金					15名		

4月・5月 子どもスイミングスクール 開催日

4月

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
	3	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30

5月

	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31	1				

休講日
レッスン日

スイミング進級ステップ表

基礎コース	級	内容	距離	ヘルパーつき
ひよこ		・泣かずに練習できる ・スタートして浮くことができる ・ベンチの上を歩くことができる ・バフリングができる ・頭から水をかぶることができる		
20級		・水中移動ができる ・かお付けができる	5メートル 3秒	フローターつき
19級		・水中移動ができる ・コーチと一緒に泳ぐことができる	5メートル×2	
18級		・水中移動ができる ・その場ポビング	3メートル 3回	ヘルパーつき
17級		・ふし浮き ・顔あげ板キック	3メートル 5メートル	

中級コース	級	内容	距離
9級		・クロール	25メートル基準タイムにチャレンジ
8級		・背泳ぎ	25メートル基準タイムにチャレンジ
7級		・平泳ぎ グライドキック	7メートル
6級		・平泳ぎ	25メートル
5級		・バタフライ	12.5メートル

初級コース	級	内容	距離	ヘルパーつき
16級		・濃顔板キック ・ポビング	12.5メートル 5メートル	
15級		・ノーブレイクローリング ・グライドキック	7メートル 7メートル	ヘルパーつき
14級		・クロール	12.5メートル	
13級		・クロール	12.5メートル	
12級		・クロール	25メートル	
11級		・背面キック	12.5メートル	
10級		・背泳ぎ	25メートル	

指導方針

- ・年齢・体力・能力に応じて段階別指導を行い、実感のある確実なレベルアップを目指します！
- ・集団指導の中で個別指導を行い、社会性を養い、個性を伸ばします！
- ・小さな「出来た!」を大切にほめる型指導を実施し、「挑戦する!」勇氣教育を実践します！
- ・精練されたコーチが、こだわりを持って丁寧に指導いたします！
- ・通年スクール制なので退会するまで継続することができます！

中央区立月島スポーツプラザ
こどもスイミングスクール
二次募集のご案内

空き枠の募集です。以下の方法でお手続きをお願いします。

申込み方法① 窓口にて直接申込み

お申込み開始日 令和4年3月26日（土）午前10時～

各教室ともに3/26午前10時の時点で、応募者多数の場合はその場で抽選となります。
係員の案内にしたがってください。
抽選(お申込み開始時)以降、定員に満たない教室は先着順となります。定員に達し次第受付終了です。
当館受付にて教室参加申込書に必要事項をご記入の上、受講料をお支払い頂き受付完了となります。
※受講料は現金のみの一括払いです。あらかじめご用意下さい。

申込み方法② お電話での申込み

《月島スポーツプラザ 03-3534-5883》

お申込み開始日 令和4年3月27日（日）午前10時～

お申し込み後、1週間以内に本申込みを行ってください。ご来館いただけない場合は、無効となります。
※受講料は現金のみの一括払いです。あらかじめご用意下さい。

●注意事項

- 参加には事前にお申込みが必要です。
- 体調に不安がある方・通院中の方は、医師の許可を得てからお申込みください。
また、妊娠中の方はご参加できません。
- 天候不良、社会情勢等のやむを得ない事情、お申込数が規定数に達しない場合、
日程変更や中止になる場合がございます。
- こども教室の対象年齢以外の申込の際は、無効といたします。
- 当施設ではプライベートレッスンは一切行っておりません。
- お客様の個人情報は、教室運営上必要な目的に限り使用し、同意を得ずに他の目的で使用することや
外部等の第三者に情報を提供することは一切いたしません。

お問い合わせ 《月島スポーツプラザ 03-3534-5883》