

2021年4月より

進級基準が変更となります

～「もっと楽しい」「もっと習いたい」スイミングスクールに生まれ変わります～

【未就学児】保護者の皆さまへ

幼児クラスは **キンダー**クラスに生まれ変わります

- ◆ 文部科学省が示している「幼児期運動指針」の考えを水泳に取り入れた、AQUA PLAY PROGRAM® を年齢別に導入します。
- ◆ 様々な要素を用いたプログラムを各年齢（3歳児・4歳児・5歳児）に応じて提供し、体力・運動能力の基礎を培います。
- ◆ 進級テストは行わず、参加者全員にアクアメダルとコメントシートをプレゼントし、子どもの「楽しい」を引き出します。

◆ 練習内容

1. 体操
2. 水浴び
3. アクアプレイプログラム®
4. スイミングプログラム

(顔つけ板キック・けのびキック・背面キック)

〇〇さん・くん キンダー〇-〇

〇〇と〇〇が上手にできるようになりました。

〇〇コーチ

3月の進級テストで

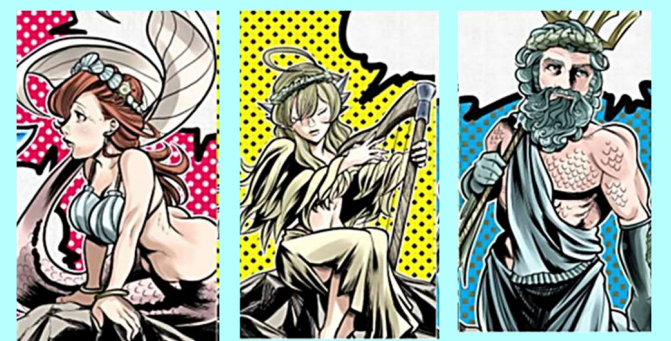
1級以上は **アドバンス**クラスに生まれ変わります

- ◆ 自ら進んで水泳を楽しみ、海や川などでの遊泳につなげることを目的とします。
- ◆ 3月の進級テストで、1級以上が対象になります。

【合格者にはアドバンスカードがあります】

| 級 | 内 容 | | |
|-------|-------|-----|---------|
| ホエール | 5分間泳 | 完泳 | (約180m) |
| ドルフィン | 5分間泳 | 6周 | (約210m) |
| シャーク | 5分間泳 | 7周 | (約250m) |
| マーメイド | 10分間泳 | 完泳 | (約320m) |
| セイレーン | 10分間泳 | 10周 | (約360m) |
| ポセイドン | 10分間泳 | 12周 | (約430m) |

※ 練習では、各種泳法の上達や潜行など様々な練習を取り入れます。



【小学生】保護者の皆さまへ

ジュニアクラスは **キツ** **ズ**クラスに生まれ変わります

◆ 25m種目を泳法ごとに取り入れ、泳法習得順も入れ替え、より学校水泳にも合った練習を行います。

新プログラム

| 級 | 内容 |
|-----|-----------------------------|
| 12級 | 新入会 顔付け板キック けのびキック・背面キック |
| 11級 | 12.5m 手付背面キック |
| 10級 | 12.5m 平バタ |
| 9級 | 12.5m クロール |
| 8級 | 12.5m 背泳ぎ |
| 7級 | 12.5m バタフライ |
| 6級 | 12.5m 平泳ぎ |



| 級 | 内容 |
|-----|---------------------------|
| 11級 | 12.5m 補助具 ボビング・板キック・背面キック |
| 10級 | 12.5m けのびキック・背面キック |
| 9級 | 12.5m クロール |
| 8級 | 25m クロール |
| 7級 | 12.5m 背泳ぎ |
| 6級 | 25m 背泳ぎ |

| 級 | 内容 |
|----|-------------|
| 5級 | 12.5m 平泳ぎ |
| 4級 | 25m 平泳ぎ |
| 3級 | 12.5m バタフライ |
| 2級 | 25m バタフライ |
| 1級 | 100m 個人メドレー |

◆ 下記の通りの移行措置を取り、4月からの級とさせていただきます。

| 3月 進級テスト後の級 | 移動先 | 新級 | 距離 | 4月からの練習内容（目標） |
|----------------|-----|-----------------|-----------|--------------------|
| 12級 | → | | | |
| 11級 | | 11級 | 12.5m 補助具 | ボビング 板キック・背面キック |
| 10級 | → | 10級 | 12.5m | けのびキック・背面キック |
| 9級 | | 9級 | 12.5m | クロール |
| 8級 | → | 8級 | 25m | クロール |
| 7級 | | 7級 | 12.5m | 背泳ぎ |
| 6級 | → | 6級 | 25m | 背泳ぎ |
| 5級 | | 5級 | 12.5m | 平泳ぎ |
| 4級 | → | 4級 | 25m | 平泳ぎ |
| 3級 | | 3級 | 12.5m | バタフライ |
| 2級 | → | 2級 | 25m | バタフライ |
| 1級 | | 1級 | 100m | 個人メドレー |
| α級 | → | 「アドバンス」のカリキュラムへ | | |
| β級 | | | | |
| γ級 | | | | |
| δ級 | | | | |

※ 現在の「手付背面キック」「平バタ」はなくなります。

※ 3月の進級テストで7級のお友達は、「平泳ぎ」と「バタフライ」が4月からの新しい目標です。

※ 3月の進級テストで6級のお友達は、「平泳ぎ」と「25mバタフライ」が4月からの新しい目標です。
(12.5mバタフライは習得済のため新3級は免除)

各種目の25m練習は、新1級までの練習の中で取り入れ、泳力を補っていきます。

各コースのより詳しい内容は、
今後、随時お知らせいたします。



TEL 0790-35-0536 FAX 0790-35-0857
 開館時間 10:00-21:00 (日曜・祝日は10:00-17:00)
 休館日 月曜日(祝祭日及び振替休日の時は開館します)