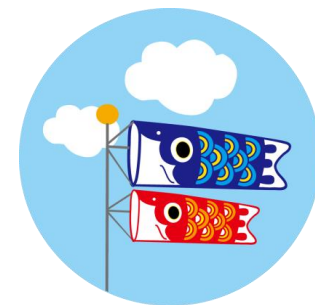




# ゴールデンウィーク 幼児・小中学生水泳教室



対象は平成30年4月2日現在

教室名	日程・回数	時間	対象	料金	定員
幼児水泳教室①	4/30(月)・5/3(木) 5/4(金)・5/5(土)  全4回	9:45～10:50	年少～年中	¥2,000	各20名
幼児水泳教室②		10:45～11:50	年中～年長		
幼児水泳教室③		13:45～14:50	年少～年長		
小・中学生水泳教室①		14:45～16:00	18級～7級相当		各40名
小・中学生水泳教室②		15:45～17:00	16級～1級相当		
小・中学生フォームスイム	5/3(木)・5/4(金)・5/5(土)	10:45～12:00	6級以上相当	¥1,500	15名

往復ハガキでお申込みください。切は**3月31日(土)必着**です。郵送、またはご持参ください。お間違いのない様にお願いいたします。

- 最終日にテストを行います。
- 幼児水泳は、13級までとなります。
- お申込み方法、泳力基準は、別紙をご覧ください。



# ゴールドデンウィーク水泳教室

# スポーツセンター泳力基準表

## ◆お申込み方法◆

返信面 □□□-□□□□□	① 希望教室名 ② 参加者氏名(フリガナ) ③ 年齢(学年) <small>※平成30年4月2日現在の学年をご記入ください</small> ④ 生年月日(西暦) ⑤ 性別 ⑥ 住所 ⑦ 電話番号 ⑧ 現在受講中の方は級 <small>級をお持ちでない方は現在の泳力レベルをご記入ください。</small>
------------------	---

お客様のお名前  
 お客様のご住所

**3月31日(土) 必着**になるよう郵送又はご持参ください。

～お願い～

- ・申込教室が同一であれば、1枚のハガキでご家族全員分申込可能です。
- ・ハガキ1枚で1教室の申し込みとなります。
- ・記入漏れは無効とさせていただきます。

〒134-8601 江戸川区西葛西4-2-20 TEL03-3675-3811  
 江戸川区スポーツセンター

級	進級項目	目標・ねらい
18	水なれ ・泣かずに練習できる ・1人で歩ける ・水かぶり ・バブリング ・顔付け3秒 ・もぐり ・ふし浮き5秒 ・水中で目を開けられる	・集団行動ができる ・水慣れ、基本技術の習得
17	・けのび4Mポビング5M(鼻から)	・基本姿勢・呼吸動作の習得
16	・板キック12.5M	・クロールキックの習得
15	・面キック7M	・クロール姿勢、キックの上達
14	・ノーブレクロール7M	・クロール手の習得
13	・クロール12.5M(コンビネーション)	・クロール呼吸動作の習得
12	・クロール25M	・クロール習得、25M完泳
11	・背面キック12.5M	・背泳ぎキックの習得
10	・背泳ぎ25M(コンビネーション)	・背泳ぎ手の習得 ・背泳ぎ習得、25M完泳
9	・平泳ぎ板キック12.5M	・平泳ぎキックの習得
8	・平泳ぎ25M(コンビネーション)	・平泳ぎ手、呼吸動作の習得 ・平泳ぎ習得、25M完泳
7	・バタフライ25M(コンビネーション)	・キック、手、呼吸動作の習得 ・バタフライ習得、25M完泳
6	・クロール50M	・スタート習得
5	・背泳ぎ50M	・ターン習得
4	・平泳ぎ50M	・上級泳法の習得
3	・バタフライ50M	・目標距離の達成
2	・個人メドレー100M	・自己ベストタイム更新
1	・個人メドレー100M、4種目50M	