

園児・児童・育成コースご案内（A・B・C・F）

練習時間と対象者

コース	クラス	曜日	時間	対象	級
園児・児童	A1	月	15:45~16:55	園児（3才）～小学生	た0～6級
	A2	火			
	A3	水			
	A4	木			
	A5	金			
	A6am①	土	8:30~9:40		た0～4級
	A6am②	土	9:30~10:40		た0～8級
	A6pm	土	14:00~15:10		た0～6級
	A7am	日	10:30~11:40		た0～8級
児童	B1	月	16:45~17:55	小学生・中学生	た0～4級
	B2	火			
	B3	水			
	B4	木			
	B5	金			
	B6pm	土	15:00~16:10		た0～2級
	B7am	日	9:30~10:40		
育成	C1	月	17:45~18:55	小学生・中学生・高校生	3級～AA級
	C2	火			
	C3	水			
	C4	木			
	C5	金			
	C6	土	16:00~17:10		1級～AA級
	C7	日	8:30~9:40		
	F1	月	18:45~19:55	小学生・中学生 高校生	B級～AA級

進級について

クラス	帽子の色・ワッペン		級	テスト項目	テスト日
初級	赤	たつのこ 0 個	無級	顔付け 3 カウント 背浮き 5 カウント	毎月最終練習日
		たつのこ 1 個	16 級	伏し浮き 5 カウント 立ち飛び込み・一人泳ぎ	
		たつのこ 2 個	15 級	けのび 5 カウント 背浮き 5 カウント ボビング 5 回（補助）	
		たつのこ 3 個	14 級	けのびバタ足 5m 補助背面キック 5m	
		たつのこ 4 個	13 級	顔付け板キック 12m 背面キック 5m	
		たつのこ 5 個	12 級	面かぶりクロール 8m 背面キック 12m	
		たつのこ 6 個	11 級	クロール 12m 背泳ぎキック 12m	
		たつのこ 7 個	10 級	クロール 25m 背泳ぎ 12m	
中級	黄		9 級	背泳ぎ 25m 40 秒	毎月最終練習日
	オレンジ		8 級	クロール 25m 40 秒	
	白		7 級	面かぶりバタフライ 8m バタフライ板キック 12m	
	白マーク		6 級	バタフライ 25m 40 秒	
	青		5 級	平泳ぎ板キック 25m	
	青マーク		4 級	平泳ぎ 25m 40 秒	
上級	緑		3 級	クロール 50m 1 分 15 秒	毎月最終練習日
	水色		2 級	平泳ぎ 50m 1 分 20 秒	
	黒		1 級	個人メドレー 100m 2 分 15 秒	

※テスト結果は合否に関わらずメールでお伝えします。
（アカウント登録をお願いいたします。）