

藤枝市民西益津プール こども水泳教室プログラム

月会費	週1回	4,950円(税込)
	週2回	6,150円(税込)
	週3回	7,150円(税込)

対象	曜日(教室番号)	時間	教 室 の 内 容	帽子の色
年少 ～ 小学 2年生	月(A6)	15:30 ～ 16:30	水慣れ・伏せ浮き(10級)	白
	火(B6)		バタ足・顔付けキック(9級)	オレンジ
	水(C6)		呼吸なしクロール7M・背浮き10秒(8級)	青
	木(D6)		息継ぎクロール13M・背泳ぎキック10M(7級)	ピンク
	金(E6)			
	土(F1)	10:30～11:30		
年長 ～ 小学生	月(A7)	16:30 ～ 17:30	水慣れ・伏せ浮き(10級)	白
	火(B7)		バタ足・顔付けキック(9級)	オレンジ
	水(C7)		呼吸なしクロール7M・背浮き10秒(8級)	青
	木(D7)		息継ぎクロール13M・背泳ぎキック10M(7級)	ピンク
	金(E7)		クロール・背泳ぎ25M(6級)	黄色
	土(F2)	11:30～12:30	クロール・背泳ぎ50M(5級)	緑
年長 ～ 中学生	月(A8)	17:45 ～ 18:45	平泳ぎビート板キック25M(4級)	水色
	火(B8)		平泳ぎ25M(3級)	紫
	水(C8)		バタフライ25M(2級)	赤
	木(D8)		総合・スタート&ターン・クロール25Mタイム(1級)	赤
	金(E8)		クロール・個人メドレー「4泳法」タイム(S級)	赤
	土(F3)	12:30～13:30		
親子 わくわく パラスイム	土	12:35～13:35	ハンディキャップをお持ちの方に水の楽しさを教え、 ストレス解消にも効果的です (保護者とペアの教室となります)	