

# 冬休み 短期 水泳教室

**参加者募集!**

チャレンジする  
なら今でしょ  
う!



最終日にはテストを実施します 《おいつけ・おいこせ》の精神で参加して下さい

3日間 短期	日 程	練習時間
	12月25日(金)	午前9時30分～10時40分
	26日(土)	午前8時30分～9時40分
	27日(日)	午前8時30分～9時40分
充実の70分授業 × 3日間!		集合時間は練習開始の15分前!

受講料	会 員 5,000円	※.傷害保険料を含む
	一 般 5,500円 +	※.傷害保険料 300円
※ 一般受講者の対象年齢は、4才以上～中学生		
※ 一般の方で、DMハガキ・HPからクーポン持参の方は、会員価格にて受講できます!		

受付期間	令和2年11月12日(木) ~ 短期水泳教室の開始前日(12/24)までにお申し込み下さい
------	--

持ち物	通常水泳の授業で使用するもの (水着・帽子・タオル等)
-----	-----------------------------

S-WIN GROUP (公財)日本水泳連盟・(一社)埼玉県水泳連盟ジュニア委員会 登録クラブ

ご予約・ご質問はお電話で、お気軽にお問い合わせください。

〒332-0011 埼玉県川口市元郷6-19-2

**東光スイミングスクール** TEL.048-224-8511(代)

受付時間 火～金 ▶ am10:30～pm 6:30 土曜日 ▶ am 9:30～pm 4:00 日曜日 ▶ am 9:30～pm12:00 休校日 祭日/毎週月曜日/毎月29日以降月末まで ホームページもご覧ください。 東光スイミング 検索

## キャンセルされる場合は

返金の対象期間		返金額
・授業開始 7日前まで	～ 12/17	100% 返金
・授業開始 6日前～ 4日前まで	12/18～12/20	80% 返金
・授業開始 3日前～ 当日	12/22～	返金 なし

※. 12/21 (月) は、休館日です。

「キャンセルの受付」は出来ませんので、上記の対象期間通りとさせていただきます。



**スクールバス運行中!**

交通の不便な方のために送迎バスを運行致します。 ※詳細は当校フロント又は電話をご覧ください。

スクールバス利用者は、「バス運行時間」に注意して下さい

## S-WIN TOKO 短期水泳教室 クラス別 指導内容

クラス	目 標	指 導 内 容
赤	・水なれ ・け伸び ・顔つけキック ・け伸びキック	・水なれ ・顔付け ・初歩の呼吸 ・水中ジャンプ ・け伸び・背面浮き ・け伸びキック ・顔つけキック (板付き) ・背面キック
黄	・呼吸動作 (前横) ・クロールの呼吸 ・クロール	・け伸びキック ・呼吸動作 (前横) ・クロールの腕の動作 (ノーブレ) ・クロールのコンビネーションの導入 ・背泳ぎのキック
青	・クロール ・背泳ぎのキック	・クロールのコンビネーション ・背泳ぎのキック ・背泳ぎのコンビネーションの導入
白	・背泳ぎのキック ・背泳ぎ	・クロールの泳力養成 ・背泳ぎのキック ・背泳ぎのコンビネーション ・平泳ぎのキックの導入
緑	・平泳ぎ ・バタフライ	・クロール、背泳ぎの泳力養成 ・平泳ぎのコンビネーション ・バタフライのコンビネーション
水色	・個人メドレー	・四泳法の泳力養成 ・個人メドレー ・スタート ・ターン

※ 会 員の方へ : 短期水泳教室での指導内容は、通常の授業内容とは異なりますのでご了承下さい

※ 一 般の方へ : アンケートと第1日目の授業内容を参考に、クラスを決めさせていただきます

**短期会員 及び 保護者の皆様には、感染症予防対策のために『3つの密の防止』のために、ご協力をお願い致します**

### ○ 館内、ギャラリーについて

- ・入館していただく 全ての方 は、マスクの着用をお願いします。
- ・入口にアルコール消毒薬が設置してありますので手の消毒をお願いします。
- ・館内換気のため、入口や窓を常時開放しますので、ギャラリーが寒い場合がありますが、ご了承ください。  
※ ギャラリーでの着替えは出来るだけ避け、暖房の入っている更衣室での、着替えをお願いします。
- ・お子様の着替えに、保護者が付添う場合は、1名でお願いします。
- ・保護者の補助が必要な場合も、入口にてマスクの着用・手の消毒をした上でお入り下さい。
- ・保護者のギャラリーでの見学は自粛していただき、車の中やスクールの外で、お待ち下さい。

### ○ 短期水泳教室の指導について

- ・更衣室で「密」になる時間を極力少なくするために、自宅で衣服の下に水着を着用させて、お越し下さい。
- ・「密」を避けるために、更衣室の場所を当面の間、変更します。
- ・当面の間サウナ室は、密接・密集を避けるために使用を中止いたします。
- ・当面の間、水着、帽子の貸し出しはいたしません。
- ・短期授業の際の入館は、「短期授業開始15分前」とさせていただきます。 ※ 早めに来て、入館は出来ません。
- ・短期授業終了後は、速やかに着替えをして退館をして下さい。