

# ジュニアスイミング タイムスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
	6ヶ月～未就園児 10:00～10:45 親子スイミング	6ヶ月～未就園児 10:00～10:45 親子スイミング		6ヶ月～未就園児 10:00～10:45 親子スイミング	小学生 9:00～10:30 Gコース (15級～7級)	2歳～6歳 10:00～11:30 SAコース (15級～7級) 4歳～小学校低学年 11:00～12:30 SBコース (15級～7級)
6ヶ月～未就園児 14:00～14:45 親子スイミング			6ヶ月～未就園児 14:00～14:45 親子スイミング		6ヶ月～未就園児 13:00～13:45 親子スイミング	小学生 13:00～14:30 SCコース (15級～7級)
2歳～5歳 14:00～15:30 Aコース (15級～7級)	2歳～5歳 14:00～15:30 Aコース (15級～7級)	2歳～5歳 14:00～15:30 Aコース (15級～7級)	2歳～5歳 14:00～15:30 Aコース (15級～7級)	2歳～5歳 14:00～15:30 Aコース (15級～7級)	2歳～5歳 14:00～15:30 Aコース (15級～7級)	
園児 15:00～16:30 Bコース (15級～7級)	園児 15:00～16:30 Bコース (15級～7級)	園児 15:00～16:30 Bコース (15級～7級)	園児 15:00～16:30 Bコース (15級～7級)	園児 15:00～16:30 Bコース (15級～7級)	園児 15:00～16:30 Bコース (15級～7級)	
年長～小学生 16:00～17:30 Cコース (グッピー級～7級)	年長～小学生 16:00～17:30 Cコース (グッピー級～7級)	年長～小学生 16:00～17:30 Cコース (グッピー級～7級)	年長～小学生 16:00～17:30 Cコース (グッピー級～7級)	年長～小学生 16:00～17:30 Cコース (グッピー級～7級)	年長～小学生 16:00～17:30 Cコース (グッピー級～7級)	
小学生 17:00～18:30 Dコース (15級～7級)	小学生 17:00～18:30 Dコース (15級～7級)	小学生 17:00～18:30 Dコース (15級～7級)	小学生 17:00～18:30 Dコース (15級～7級)	小学生 17:00～18:30 Dコース (15級～7級)	小学生 17:00～18:30 Dコース (15級～7級)	

## <コース指導内容>

### 親子スイミング(6ヶ月～未就園児)

親と子のふれあいを深め、心と体の調和のとれた発達を目指します。  
必然的に運動に対する感覚機能や身体は鍛えられていきますが、何よりも  
保護者の方と赤ちゃんとのスキンシップによる情緒面などの健全な発達が  
目的です。楽しい雰囲気ですぐ水遊びを行っていきます。

### Aコース(2歳～5歳)

はじめての親離れを応援・サポートすると共に水に慣れ親しめるよう、水と楽しく遊べるように  
レッスンを進めてまいります。  
準備体操ではリズム体操を取り入れ、楽しくレッスンに取り組めるような雰囲気作りをしております。

### Bコース・(園児)

お子様にできた喜びを感じさせ、自信を持ってもらえるよう楽しみながらレッスンを進めてまいります。  
水慣れからバタ足・背泳ぎ・クロールまでを習得していくクラスです。  
準備体操ではリズム体操を取り入れ、楽しくレッスンに取り組めるような雰囲気作りをしております。

### Cコース(年長～小学校低学年)

楽しいレッスンをモットーに四泳法の習得を目指すコースです。  
また集団生活のルールやマナーの指導も行っております。

### Dコース(小学生)

楽しいレッスンをモットーに四泳法の習得を目指すコースです。  
また集団生活のルールやマナーの指導も行っております。

### SAコース(2歳～6歳)

指導内容はAコースと同じ

### SBコース(4歳～小学校低学年)

指導内容はB・Cコースと同じ

### SCコース(小学生)

指導内容はC・Dコースと同じ

### Gコース(小学生)

指導内容はCコースと同じ

## ジュニアたいそう タイムスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
1歳半～未就園児 10:00～10:45 親子たいそう		6ヶ月～未就園児 10:00～10:45 親子たいそう			1歳半～未就園児 10:00～10:45 親子たいそう	新体操 9:30～10:30 小学4～6年生
		2歳6ヶ月～4歳 11:00～12:00 TAコース				新体操 11:30～12:30 小学1～3年生
2歳～5歳 14:30～15:30 TAコース		2歳～5歳 14:30～15:30 TAコース			2歳～5歳 14:30～15:30 TAコース	新体操 13:00～14:00 年中～1年生
園児 15:00～16:30 TBコース	園児 15:00～16:30 TBコース	園児 15:00～16:30 TBコース	園児 15:00～16:30 TBコース	園児 15:00～16:30 TBコース	園児 15:00～16:30 TBコース	
年長～小学生 16:00～17:30 TCコース	年長～小学生 16:00～17:30 TCコース	年長～小学生 16:00～17:30 TCコース	年長～小学生 16:00～17:30 TCコース	年長～小学生 16:00～17:30 TCコース	年長～小学生 16:00～17:30 TCコース	
小学生 17:00～18:30 TDコース	小学生 17:00～18:30 TDコース	小学生 17:00～18:30 TDコース	小学生 17:00～18:30 TDコース	小学生 17:00～18:30 TDコース	小学生 17:00～18:30 TDコース	
キッズダンス 18:00～19:30 小学生以上				空手 18:50～19:40 年長～小学生		

### <コース指導内容>

#### 親子たいそう(1歳6ヶ月～未就園児)

親と子のふれあいを深め、心と体の調和のとれた発達を目指します。  
 楽しい雰囲気・音楽の中、身体を動かす楽しさを学んでいきます。  
 季節に応じた様々な歌や手遊びを ピアノの伴奏と一緒にいきます。  
 マット・跳箱・鉄棒・トランポリン・フープ・ボールなどを遊びの中に取り入れ慣れ親しんでいきます。

#### TJコース(2歳6ヶ月～4歳) ・ TAコース(3歳～5歳)

はじめての親離れを応援しながら、自分でできたという喜びを知ってもらえるよう楽しい雰囲気の中  
 レッスンを進めてまいります。  
 リトミックやマット・跳箱・鉄棒・フープ・縄・ボールなどの器具を使い身体を動かす楽しさを学んでいきます。  
 入園前の準備として協調性も重視してレッスンを行っております。

#### TBコース(園児)

幼児期に必要なとされる調整力を重視しながら、マット・鉄棒・跳箱の技術の習得を目指します。  
 準備体操ではリズム体操を取り入れ、楽しくレッスンに取り組めるような雰囲気作りをしております。

#### TCコース(年長～小学校低学年)

運動能力の向上を目指し、マット・鉄棒・跳箱の3種目を中心に学校体育に添って行ってまいります。  
 また集団生活のルールやマナーの指導も行っております。

#### TDコース(小学生)

運動能力の向上を目指し、マット・鉄棒・跳箱の3種目を中心に学校体育に添って行き、徐々に  
 レベルアップさせ、ロンダート・バク転やけ上がりなどまで指導いたします。  
 また集団生活のルールやマナーの指導も行っております。