

# ☆スイミングスクール

| 時間帯                 | 月曜日      | 火曜日              | 水曜日         | 金曜日         |          |                  |
|---------------------|----------|------------------|-------------|-------------|----------|------------------|
| 15:00<br>∩<br>16:00 | B1<br>小児 | B2<br>小児         | B3<br>小児    | B4<br>小児    |          |                  |
| 16:10<br>∩<br>17:10 | C1<br>併用 | C2<br>併用         | C3<br>併用    | C4<br>併用    |          |                  |
| 17:20<br>∩<br>18:20 | D1<br>学童 | D2<br>学童         | D3<br>学童    | D4<br>学童    |          |                  |
| 18:30<br>∩<br>19:30 | E1<br>学童 | N1<br>ティア<br>アップ | N2<br>アクティブ | N3<br>アクティブ | E4<br>学童 | N4<br>ティア<br>アップ |

| 時間帯                 | 土曜日      |
|---------------------|----------|
| 10:00<br>∩<br>11:00 | M4<br>併用 |
| 11:10<br>∩<br>12:10 | M5<br>併用 |
| 13:00<br>∩<br>14:00 | C6<br>併用 |
| 14:10<br>∩<br>15:10 | E6<br>併用 |
| 15:20<br>∩<br>16:20 | M1<br>併用 |
| 16:30<br>∩<br>17:30 | D5<br>学童 |
| 17:40<br>∩<br>18:40 | E5<br>学童 |

| 時間帯                 | 日曜日      |
|---------------------|----------|
| 9:00<br>∩<br>10:00  | E7<br>学童 |
| 10:10<br>∩<br>11:10 | M2<br>併用 |
| 11:20<br>∩<br>12:20 | C7<br>併用 |
| 13:00<br>∩<br>14:00 | M3<br>併用 |



※併用クラス …… 小児コース・学童コースのお子様、泳力別の班に分かれて同じ時間に練習を行うクラスです。ご兄弟がいる方にオススメのクラスです。

定休日  
毎週木曜日

## ◆レッスン内容・対象

- 小児コース 【3歳～幼稚園児】 水慣れから始まり、クロール、背泳ぎまでス～イスイ!
- 学童コース 【小学生～中学生】 水慣れから始まり、四泳法をバッチリマスター!
- アクティブコース 【学童1級取得者】 学童1級取得後の泳力アップを図り、規律ある態度の習得も行います。  
★アクティブコースは、週1回料金で週2回の受講となります。

## ☆スポーツ教室

| 時間帯                 | 月曜日      | 火曜日      | 水曜日      |
|---------------------|----------|----------|----------|
| 15:30<br>∩<br>16:20 | S1<br>小児 | S5<br>小児 | S3<br>小児 |
| 16:30<br>∩<br>17:20 | S2<br>学童 | S6<br>学童 | S4<br>学童 |

TOKスイミングスクールは

一般社団法人 日本スイミングクラブ協会

全国最優秀クラブ賞

15年連続受賞スクール

です

## ◆レッスン内容・対象

- 小児コース 【4歳～幼稚園児】
  - 学童コース 【小学生】
- マット・跳び箱・鉄棒を使って、基礎体力・リズム感・集中力を身に付け、成長段階のお子様のあらゆる神経系を効果的に発達させるクラスです。