



スイミングスクールお申込



①入会対象者	満3歳～中学3年生 トイレトレーニングがお済みのお子様で、満3歳のお誕生日当日から入会・申込み可。 中学生の方は泳力を問わずCクラスのみでの参加となります。
②月会費	5,000円(税込) ※一度納入いただきました月会費は原則的に還付いたしません。 券売機でご購入していただき、チケットを窓口までお持ちください。 お支払いは毎月 前月の20日 までにお願いします。 ※アプリへの反映は21日以降となります。
③持ち物	水着、スイミングキャップ、ゴーグル、タオル (持ち物には全て名前をお願いします)
④日程	《月・木・金曜日》 A 15:45～16:45 B 17:00～18:00 C 18:15～19:15 《土曜日》 A① 9:00～10:00 A② 10:00～11:00 土B 11:15～12:15 C 12:30～13:30 ※各クラスのレッスン時間は上記の通りです。入会が決まりましたら、入会クラスのレッスン時間に参加してください。

■クラス分け及び進級テストについて

- ・当スイミングスクールでは2ヶ月(8回)を1クールとして、進級基準に沿ったテストを実施し、クラス分けをします。
- ・進級テスト合格の際は、担当コーチがワッペンをお渡します。
- ・進級によりクラスが変更になりましたら、翌月よりレッスン時間が変更となります。
お間違えのないよう、確認をお願いします。

■欠席される際は、レッスン開始時間までに必ずアプリにてお手続きください。

振替制度(アプリにて受付)

- ・振替は事前にアプリにてお手続きをお願いします。
平日は当日の14時まで、土曜日は前日24時までにアプリからの申請登録を行ってください。
- ・事前のお手続きがなかったお休みについては振替対象外となります。
- ・毎月1回分まで可能です。同じクラスの別レッスンに振替をお願いします。
- ・テストの振替はテスト週間のみ可能です。
- ・振替スケジュールの公開日については、スイミングスクールカレンダーをご確認ください。
- ・それぞれの振替枠には定員が設定されており、欠席者の人数でも変動いたします。
- ・定員に達した枠への振替はご希望に添えかねます。
- ・欠席登録をされた後に出席可能となつても、お子様の欠席をされた枠に対して振替希望の方が枠を確保された場合には欠席取消が不可となる場合があります。欠席登録をされる際にはご注意ください。

休会制度(窓口にて受付)

- ・1ヶ月の休会費は1,000円となります。**※一度納入いただきました休会費は原則的に還付いたしません。**
- ・休会月への振替は出来ません。・休会する前月の20日までに休会届を提出してください。
※月会費納入後に休会を申し出た場合、原則的に月会費の還付はいたしません。
- ・最長3ヶ月まで休会可能となります。以降は、通常レッスン参加とみなし、月会費納入対象となります。
- ・3ヶ月休会後に退会希望の場合、必ず退会届を提出してください。一度退会し、再入会する場合は、キャンセル待ち最後尾からとなります。

退会について(窓口にて受付)

- ・退会を希望される方は前月の20日までに窓口にてお手続きをお願いいたします。

級	練習内容	目標距離	テスト内容	備考
A クラス	はじめて 顔の表面に水をつける		顔つけ3秒できる。水中でフロア台の上を歩ける	
	力ニ 自分で頭まで水中に潜る		自分から進んで頭までもぐることができる	
	アシカ 自由泳ぎ	2m	ヘルパーを利用して顔をつけたまま泳ぐことができる	アームヘルパー
	ラツコ ボビングジャンプ	5m	ボビングジャンプで進むことができる (ブケブケをしながら、プールの底からのジャンプが連続でできる)	
	イルカ 伏し浮き(補助具なし)	10秒	壁を蹴ってスタートし、10秒浮くことができる	
	18 板面キック	5m	ビート板を使用して顔をつけたままバタ足で5m泳ぐことができる	ビート板
	17 面かぶりキック	7m	けのびキックで7m泳げる (手を伸ばし、顔をつけたままバタ足で7m泳ぐことができる)	
	16 背面キック	5m	胸とお腹を浮かせて力を抜いてキックができる	
B クラス	15 板面かぶりクロール	7m	ビート板を使用してクロールで7m泳ぐことができる	ビート板
	14 面かぶりクロール	7m	息継ぎのないクロールで7m泳ぐことができる	
	13 板息継ぎクロール	12.5m	ビート板を使用してクロールで12.5m泳ぐことができる	ビート板
	12 息継ぎクロール	12.5m	息継ぎクロールで12.5m泳ぐことができる	
	11 背面キック	25m	両手を上にして背面キックで25m泳ぐことができる	
	10 クロール	25m	クロールで25m泳ぐことができる	
C クラス	9 背泳ぎ	25m	背泳ぎで25m泳ぐことができる	
	8 クロール	50m	クロールで50m泳ぐことができる	
	7 平泳ぎ 板キック	25m	ビート板を使用して2キック1プレスでの平泳ぎのキックで25m泳ぐことができる	ビート板
	6 平泳ぎ	25m	平泳ぎで25m泳ぐことができる	
	5 ドルフィンキック	12.5m	ドルフィンキックで12.5m泳ぐことができる	
	4 1ストローク 2キックバタフライ	12.5m	1ストローク 2キックのリズムでバタフライが12.5m泳ぐことができる	
	3 バタフライ	25m	バタフライで25m泳ぐことができる	
	2 個人メドレー 100m	100m	個人メドレーで100m泳ぐことができる	
	1 個人メドレー 200m	200m	個人メドレーで200m泳ぐことができる	
	SP-6～1 タイムトライアル	50～100m	あらかじめ申告した泳法と距離で参考タイム以内に泳ぐことができる	参考タイムあり



津市産業・スポーツセンター

TEL: 059-223-4655

2025.11.23

2025年度ミズノスイミングスクール カレンダー (10月~3月)

MIZUNO SWIMMING SCHOOL 

10月						
日	月	火	水	木	金	土
13日(月・祝) スポーツの日 14日(火) プール休館日			1	2	3	4
			 10月度	①	①	①
5	6	7	8	9	10	11
		①		②	②	②
12	13	14	15	16	17	18
	②	プール 休館日		③	③	③
19	20	21	22	23	24	25
	③			④	④	④
26	27	28	29	30	31	
	④		 11月度	⑤	⑤	
10月30日、31日は 11月の教室分です						

11月						
日	月	火	水	木	金	土
3日(月・祝)文化の日 11日(火)プール休館日 23日(日・祝)勤労感謝の日 24日(月・祝)振替休日					1	
					⑤	
2	3	4	5	6	7	8
	⑤			⑥	⑥	⑥
9	10	11	12	13	14	15
	⑥	プール 休館日		⑦	⑦	⑦
16	17	18	19	20	21	22
	⑦			進級 テスト	進級 テスト	進級 テスト
23	24	25	26	27	28	29
	進級 テスト			子ども スイミング 休み	子ども スイミング 休み	子ども スイミング 休み

*11月にお休みされた場合の振替取得(但し、月1回のみ振替可)は、本来12月末が期限ですが、1月24日(土)まで延長します。

12月						
日	月	火	水	木	金	土
11/30	1	2	3	4	5	6
	プール施設設備修繕のため12/1~28休館となります					
7	8	9	10	11	12	13
プール施設休館に伴い子どもスイミングスクールを休講いたします						
14	15	16	17	18	19	20
何卒ご理解いただきますようよろしくお願ひ申し上げます						
21	22	23	24	25	26	27
				 1月度		
28	29	30	31			
	全館 休館日	全館 休館日	全館 休館日			
修繕のため12/1~12/28の間プール施設休館に伴い休講いたします						

*1月の進級テストは予定通り行います。ご理解いただきますようよろしくお願ひ申し上げます。

1月						
日	月	火	水	木	金	土
12月29日(月)~ 1月3日(土)全館休館日 12日(月・祝)成人の日 13日(火)プール休館日			1(祝)	2	3	
			全館 休館日	全館 休館日	全館 休館日	
4	5	6	7	8	9	10
	①			①	①	①
11	12	13	14	15	16	17
	②	プール 休館日		②	②	②
18	19	20	21	22	23	24
	③			③	③	③
25	26	27	28	29	30	31
	進級 テスト			進級 テスト	進級 テスト	進級 テスト

2月						
日	月	火	水	木	金	土
10日(火)プール休館日 11日(水・祝)建国記念の日 23日(月・祝)天皇誕生日						
1	2	3	4	5	6	7
 2月度	①			①	①	①
8	9	10	11	12	13	14
	②	プール 休館日		②	②	②
15	16	17	18	19	20	21
	③			③	③	③
22	23	24	25	26	27	28
	④			④	④	④

☆…次月度スケジュール公開日 (次月度の欠席・振替申請可能日)

*公開時間は午前0時となります。

3月						
日	月	火	水	木	金	土
10日(火)プール休館日 20日(金・祝)春分の日						
1	2	3	4	5	6	7
 3月度	⑤			⑤	⑤	⑤
8	9	10	11	12	13	14
	⑥	プール 休館日		⑥	⑥	⑥
15	16	17	18	19	20	21
	⑦			⑦	⑦	⑦
22	23	24	25	26	27	28
	進級 テスト			進級 テスト	進級 テスト	進級 テスト
29	30	31	4/1			
	子ども スイミング 休み			 4月度		

