

2024年度ミズノスイミングスクール カレンダー（10月～3月）

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

11 月						
日	月	火	水	木	金	土
3日(日)文化の日					1	2
4日(月・祝)振替休日					⑤	⑤
12日(火)プール休館日						
23日(土・祝)勤労感謝の日						
3	4	5	6	7	8	9
	⑤			⑥	⑥	⑥
10	11	12	13	14	15	16
	⑥	プール 休館日		⑦	⑦	⑦
17	18	19	20	21	22	23
	⑦			進級 テスト	進級 テスト	進級 テスト
24	25	26	27	28	29	30
	進級 テスト		 12月度	①	①	①
11月28日,29日,30日は12月の教室分です						

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

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

2 月						
日	月	火	水	木	金	土
11日(火・祝)憲法記念日・プール休館日					1	
23日(日)天皇誕生日					進級 テスト	
24日(月・祝)振替休日						
2月1日は1月の教室分です						
2	3	4	5	6	7	8
	 ① 2月度			①	①	①
9	10	11	12	13	14	15
	②	プール 休館日		②	②	②
16	17	18	19	20	21	22
	③			③	③	③
23	24	25	26	27	28	
	④			④	 3月度	

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

★・・・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。

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
トイレッ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日までをお願いします。
※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 10:00～11:00 B 11:15～12:15 C 12:30～13:30 A② 13:45～14:45
※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っても、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カ月の休会費は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、退会処理となります。
- ・その後の再入会の場合は、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		顔つけ3秒できる。水中でフロア台の上を歩ける		
	カニ		自分から進んで頭までもぐることができる		
	アシカ	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	
	ラッコ	5m	ポビングジャンプで進むことができる (ブクブクをしながら、プールの底からのジャンプが連続でできる)		
	イルカ	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)	
Bクラス	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	
	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