

水泳集中レッスン

水慣れやけのび息つぎの基礎レッスン、クロールや背泳ぎなど
YMCAのワッペン基準に沿った少人数制のグループレッスン

【日程】12/25(火)~29(土) (5日間)

【講習費】9,180円

クラス名	対象学年	対象ワッペン※2	集合時間	レッスン 終了時間
①幼児水泳	年少~年長	くらげワッペンをお持ちの方まで	9:45	11:00
②幼児・小学生水泳	年少~小6	たつのおとしごワッペンをお持ちの方まで	10:45	12:00
③幼児・小学生水泳	年少~小6	たこ~ふぐワッペンをお持ちの方まで	13:15	14:30
④小学生水泳※1	小1~小6	くらげ~いるかワッペンをお持ちの方まで	14:15	15:30

※1) ④小学生水泳は中学生がレベルに応じてご参加いただけます。詳しくはお問い合わせください。

※2) お申込みにあたり、以下のYMCAワッペン基準(目安)をご確認ください。対象ワッペンの違うクラスへのお申込みは参加をお断りする場合がございます。予めレベルをご確認の上お申込みください。

<YMCAワッペン基準(目安)>

かに	シャワーを浴びる/水中歩行/顔付け5秒	さんま	クロール・背泳ぎ75m/平泳ぎ(キック)12.5m
たこ	バブリング/立ちとび込み/たてもぐり10秒	とびうお	クロール100m/背泳ぎ100m/平泳ぎ100m
くらげ	リング拾い/ポビング けのび5m(浮き具なし)	かじきまぐろ	制限タイム(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ) バタフライ25m/個人メドレー100m
たつのおとしご	けのびバタ足・面かぶりクロール6m以上 背面けのび5秒	さめ	制限タイム(4泳法)/バタフライ50m 個人メドレー200m
ふぐ	クロール25m/背泳ぎ25m	いるか	制限タイム(4泳法)/個人メドレー400m

水泳集中レッスン参加にあたり

<持ち物>水着・水泳帽・ゴーグル・タオル・出席カード

※出席カードはレッスン初日に各担当者よりお子様にお渡しいたします。

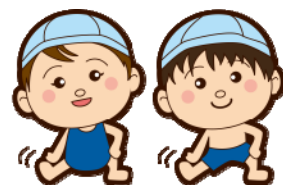
※持ち物や衣服には全てにご記名ください。

<集 合>集合場所は3Fエレベーター前(右手側)となります。集合時間までにお越しください。

※練習の様子はプール観覧席でご見学いただけます。

TOYOCHO Swimming Lesson and Winter School

東陽町水泳・ウィンタースクール



水泳教室に館内あそび、外あそび、工作、クッキングなどを組み合わせたプログラムです。

日 程	12/25(火)~29(土) (5日間)
時 間	10:00~16:45
対 象	年少~小2
場 所	東京YMCA東陽町センター館内
参加費	42,120円(昼食代含) (申込金7,560円 残金34,560円)

タイムテーブル例

10:00	東京YMCA社会体育・保育専門学校1階ロビーに集合
10:30	午前のプログラム
11:45	昼食(日替わりのお弁当を用意します)
12:45	読み聞かせ
13:00	午後のプログラム
14:30	おやつ時間
15:30	短期集中水泳教室(レベル別に分かれます)
	※レッスン時間は60分 ※水泳教室は観覧席よりご覧いただけます。
16:45	東京YMCA東陽町センター1階ロビーで解散

※同封の「東京YMCAシーズンプログラム申込書・原簿」と保険証のコピーを申込後6日以内にご提出ください。

※当日のプログラムなどの詳細は参加2週間前までに案内をご自宅に送付いたします。

※お弁当とおやつをご用意いたします。アレルギーなどをお持ちの方は必ず事前にお知らせください。

申込方法

申込はこちらの
QRコードからどうぞ！



■水泳・テニス集中レッスン、東陽町水泳・ウィンタースクールは
Webからの受付となります。⇒ <https://e-ymca.appspot.com/tokyo/>

本会員お申込み⇒10月10日(水) 10:00開始

一般お申込み⇒10月12日(金) 10:00開始

●本会員とは以下のとおりとなります。

①今年度YMCA年間プログラム登録者 ②東京YMCA会員とその家族(2親等まで) ③東京YMCA幼稚園・保育園・こども園の在園児
※シーズンプログラムのみ参加者は対象外となります。ご注意ください。

●Web受付にはついてはp4の「手続きのご案内」をご参照ください。

●各レッスン開始の1週間前までWeb申込を受付いたします。以降は電話、窓口で受付いたします。

■テニス個別レッスンは電話、窓口にて申込を受付いたします。

受付開始日時：10月17日(水) 11:00

※お申込み前に「手続きのご案内」を必ずご確認ください。