

夏の3日間体験パスポート参加可能日程表

2023年

7月期

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5 お休み	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15 お休み	16
17	18	19	20	21	22	23 テスト日
24	25 テスト日	26 テスト日	27 テスト日	28 テスト日	29 テスト日	30 お休み
31 テスト日						

8月期

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5 お休み	6
7	8	9	10	11 お休み	12	13
14 お休み	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26 テスト日	27 テスト日
28 テスト日	29 テスト日	30 テスト日	31 テスト日			
<p>11日～17日は夏季休館日となります。 ※夏季休館日は変更になる場合がございます。</p>						

… 参加不可

… 参加可能

●カリキュラム時間表(月曜～金曜)

時間	クラス名	級
15:30～16:15	リトルベーシック	24～30
15:30～16:20	ベーシック①小学2年まで	17～23
16:25～17:15	ベーシック②	17～23
16:25～17:15	アドバンス①小学2年まで	9～16
17:20～18:10	アドバンス	16～9
17:20～18:20	マスター①	5～8
18:20～19:20	マスター②	特3～8

3日間体験パスポート!

日程 【7月期】【8月期】

上記の期間中、通常クラスにおける**土日**ならびに
進級テスト日を除く好きな3日間をお選びいただけます。
詳しくはフロントにお問い合わせください。

30	1人で泣かずにレッスンに参加できる 顔を水につけられる
29	1人で赤台(1段)の上を3M歩ける 水中で目を開けて5秒潜ることができる
28	頭まで潜ったまま10秒以上目を開けられる 5秒間背浮きができる
27	クラゲ浮き10秒
26	だるま浮き10秒
25	ポビングジャンプ連続3回
24	ポビング5M
23	けのび5M
22	板キック7M(息継ぎ無し)
21	ノープレバタ足10M(ビート板無し) ※ノープレは息継ぎ無しのことです。
20	ノープレクロール12.5M
19	クロール12.5M
18	背泳ぎキック12.5M
17	背泳ぎ12.5M
16	クロール25M
15	背泳ぎ25M
14	平泳ぎキック12.5M
13	平泳ぎ12.5M
12	平泳ぎ25M
11	バタフライキック12.5M
10	バタフライ12.5M
9	バタフライ25M
8	クロール25Mタイム
7	背泳ぎ25Mタイム
6	平泳ぎ25Mタイム
5	バタフライ25Mタイム
4	クロール50Mタイム
3	背泳ぎ50Mタイム
2	平泳ぎ50Mタイム
1	バタフライ50Mタイム
特1級	個人メドレー100Mタイム
特2級	個人メドレー200Mタイム
特3級	個人メドレー200Mタイム 自己記録更新