

2021年 春季講習会メンバーズハンドブック（水泳）

<集 合>

- ・時間：開始 20 分前（館内での待機時間を減らす為に、集合時間より前のご来館はお控えください）
- ・場所：2 階プール観覧席
順番に 3 階へご案内します。担当スタッフが健康チェックカードの確認を行います。
- ・遅刻した場合は、1 階受付にお申し出ください。更衣室までご案内します。

<持ち物> ※全ての持ち物には名前を書いてください。バッグや靴にも記入をお願いします。

- ・健康チェックカード
- ・水着 : お手持ちのもので結構です。
(男子は体にフィットする水着、女子はワンピース型の水着をご用意ください)
- ・タオル : 体を拭ける大きさのものをご用意ください。お名前をフルネームで大きく書いてください。
- ・水泳帽 : YMCA 指定のものをご用意ください。1 階受付にて販売しております（税込 770 円）。
- ・ビニール袋：大きく名前を書いてください。
- ・ワッペン認定証（※水泳年間クラス在籍者で 5 日間体操講習会に参加される方）

水着や水泳帽のレンタルは出来ませんので、忘れ物が無いようにご注意ください。

<一日のクラスの流れ>

- 20 分前 2 階プール観覧席にお越しください。
健康チェック（担当スタッフが更衣室前で健康チェックカードの確認をします）、シャワー
- 5 分前 プールサイドにて準備体操、挨拶
- 0 分 グループに分かれて練習開始
- 45 分（60 分） 練習終了
- 50 分（65 分） 挨拶、着替え、解散

<クラスの見学> ※写真・ビデオ等による撮影はご遠慮ください。

- 2 階プール観覧席での見学は禁止とさせていただきます。密になりやすい空間が出来てしまう為、ご理解ください。入口付近の窓ガラス付近に関しても、参加されるお子様だけでなく、保護者の皆さまの安全を守る為、感染を防ぐ為にも保護者同士が密にならないように配慮してください。

<着替え・ロッカールームについて>

- ・更衣室での密集を避けるため、自宅から水着の着用をお願いします（下着を忘れないようにご注意ください）。
- ・長い髪の毛は水泳キャップにおさまるよう、結んできてください。
- ・ドライヤーは使えません。シャン帽など帽子があると寒さ対策となり便利です。
- ・更衣室の入室制限があります。初日はスタッフが更衣室の使用について案内いたします。
- ・着替え終わったら、更衣室で解散です。帰宅方法をお子様とご確認ください。
- ・3 階の更衣室入口付近や階段の踊場は狭い為、更衣室から出てくるお子様の待ち合わせ場所としての利用はご遠慮ください。お子様と一緒に帰宅される方は 1 階や 2 階のスペースをご利用ください。
※ラッコクラス等、お子様が幼児で心配な方は保護者間の距離を取ってください。

裏面もご確認ください

ワッペンテスト

—5日間講習会の最終日に実施します—

全国のYMCAの水泳クラスでは、子どもたちの努力の成果を認め、運動に対する動機付けを行うと共に、それぞれの目的にあった指導を行うための客観的な評価として、ワッペンテストを講習会最終日に実施しています。水泳ワッペン（小）は水泳帽に縫い付けてください。色のマジックテープは所定の位置に貼り付けてください。水泳ワッペン（大）はバックなどにつけていただいても結構です。

※2日間・3日間講習会はワッペンテストを実施しません。

クラス日程

2DAYS：3月22日（月）～23日（火）

クラス名	時間
はじめてアーティスティックスイミング	16:20～17:05

3DAYS：3月24日（水）～26日（金）

クラス名	時間	クラス名	時間	クラス名	時間
はじめてラッコP	13:05～13:50	はじめてビーバーP	16:20～17:05	スイムスキルアップP	17:15～18:15

5DAYS：3月29日（月）～4月2日（金）

クラス名	時間	クラス名	時間
ビーバーP1	9:05～9:50	ビーバーP2	13:05～13:50
クラス名	時間	クラス名	時間
ラッコP	15:25～16:10	スイマーP	16:20～17:20

<その他・注意事項>

- ・欠席される場合は、クラス開始前にご連絡ください。欠席されてもクラスの振替はできません。
- ・車での送迎の際、路上に停車しての待ち合わせは近隣のご迷惑になりますのでご遠慮ください。
- ・その他、ご不明な点はお問い合わせください。