

# 2024 夏季水泳講習会参加者ハンドブック

## 集合について

- 集合時間 オリエンテーションは実施いたしませんので、  
クラス開始 20 分~10 分前に 1 階更衣室前の受付にお集まりください。

## クラスの流れと持ち物について

- 水泳クラス 1 階更衣室前の受付集合。  
健康チェック（健康チェックカードをチェックします）、着替え、シャワー
- 5 分前 プールサイドにて準備体操、あいさつ、全体インフォメーション
- 0 分 グループに分かれて、練習開始
- 60 分（または 45 分） 練習終了、あいさつ、シャワー、着替え、解散



集合時の様子

- ・健康チェックカード（お手続き時にお渡しいたします） ※通年クラスにご在籍の方は、お持ちのものをご使用ください。
- ・お持ちの水着（男子は体にフィットする水着を、女子はワンピース型の水着が望ましいです）
- ・YMCA 水泳帽（指定の帽子をご用意ください。YMCA 受付にて販売しております）
- ・ゴーグル（必要な方はお持ちください） ・タオル（お名前をご記入ください。ビニール袋に入れてお持ちください）

## 欠席分の振替について

やむをえず欠席の場合は、クラス開始前までにご連絡ください。欠席分の振替は、「ファミリースイミング」（通常、土曜夜・日曜昼で実施）へのご利用が可能になります。（クラス開始前までにご連絡がない場合は振替ができません）

## ワッペンテストについて

YMCA では子どもたちの練習の成果を評価し、運動に対する動機付けを行うためにワッペンテスト（評価テスト）を講習会最終日に実施しております。

- 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付けてください。
- 水泳ワッペン（大）はバックに縫い付けたりなど好きなようにご使用いただいて結構です。  
※水泳ワッペン（大・小）は最終日の練習終了後、プールサイドにてお渡しいたします。
- テストの合否は「れんらくアプリ」にてご報告させていただきますので、アプリのダウンロードをお願いいたします。

## YMCA からのお願い

- 着替えて 1 階更衣室利用の際は、時間帯により成人クラスと重なり、混雑する場合がございますのでご了承ください。
- 駐車場をご利用の方で、山手台センターの裏、YMCA 保育園園庭前の駐車場に停車される方は、園庭に排気ガスが入らないよう前向きでの駐車にご協力ください。また、YMCA に隣接するサンドラッグ駐車場には停めないでください。YMCA 第二駐車場をご利用の方は駐車許可証が必要です。受付までお申し出ください。
- ロビーでの観覧マナーへのご協力をお願いいたします。
- 写真・動画の撮影や、大音量でのタブレットの使用はご遠慮ください。

## 送迎バスについて

- ・バス内では食べ物は禁止となります。飲み物は飲んで大丈夫です。
- ・バスが動いている時に、歩いたり立ち上がったたり、大きい声を出したりしないようにしましょう。ゲームも禁止です。