

2024年度夏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
オリエンテーション後、3 階へ移動し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 階受付にお申し出いただき、健康チェックカードの確認を受けてから、更衣室へ移動してください。

<持ち物> ※全ての持ち物には必ず名前を書いてください。バック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。
- ・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 1,000 円）。
- ・ビニール袋: 大きく名前を書いてください。（タオルはビニール袋に入れてプールサイドにもっていきます）

<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。
3 階健康チェック（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 |
| 60 分 | 練習終了
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をお願いしております。
- ・入口付近の窓ガラス前は通行者の妨げにならないよう、配慮をして見学をお願いいたします。

<着替え・ロッカールームについて>

- ・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。
- ・シャン帽（タオル生地帽子）など帽子があると便利です。
- ・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 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、お子様が一人で行動するのが心配な方は 3 階カウンター周辺にてお待ちください。

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。

クラス見学会

—各講習会3日目にクラス見学会を行います—

見学場所：プールサイド

- * その他の日は、2階観覧席よりご見学いただけます。
- * クラス開始時間より15分後より入場いただけます。
- * カメラ・ビデオカメラで練習風景を撮影できます。（見学会以外の日の撮影はご遠慮ください。尚SNSなどへの掲載はご遠慮ください。）
- * プールサイドは大変滑りやすくなっております。
- * 小さなお子様をお連れの方は目を離さないようにご注意ください。
- * プール室内は大変暑くなっておりますので、脱ぎ着しやすい服装、又は薄着でお越しください

クラス日程

水泳5日間講習①

5DAYS：7月29日（月）～8月2日（金）

クラス名	時 間
ビーバーS1	9:00～10:00 (集合時間 8:40)
ラッコS	15:15～16:15 (集合時間 14:55)
スイマーS	16:25～17:25 (集合時間 16:05)

水泳5日間講習②

5DAYS：8月5日（月）～8月9日（金）

クラス名	時 間
ビーバーS2	16:15～17:15 (集合時間 15:55)
フリッパーS	17:20～18:20 (集合時間 17:00)

<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。ビーバーS1は9:00以降にご連絡ください。欠席されてもクラスの振替、返金はありません。
- ・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。（YMCAの駐車場は20分未満無料、以降100円/20分）
- ・その他、ドメイン「@buscatch.net」からのメールを受信できるように設定してください。