

横浜北 YMCA 季節講習会 ハンドブック

水泳プログラム

■ クラスの流れ

地下ロビーで待機

○初講日はクラス開始 20 分前（2 日目以降は 15 分前まで）までに、お越しいただき、地下ロビーでお待ちください。クラス責任者（プログラムディレクター）がオリエンテーションを行います。更衣室内での密集を避けるため、できる限り水着を着用してくることをお勧めします。

健康チェックから更衣室

○クラス責任者（プログラムディレクター）が健康チェックカードの体温や健康状態を確認後、スタンプを押します。

○靴を更衣室入口の下駄箱にしまい、着替えます。洋服は受付前に設置してあるカゴへ入れ、棚にしまいます。

○バスタオルをビニール袋に入れ（お名前をご記入ください）、専用のカゴに入れてからシャワーを浴びます。

○幼児の方は、保護者の更衣室への入室が可能です。入室時には「入室許可証」をお見せください。その際、保護者の方の性別の更衣室にて着替えをお願いいたします。（クラスによって変更する場合があります。クラス担当よりご案内いたします）

クラス終了・着替え

○着替えを終えたら更衣室で解散となります。帰宅方法を事前にお子様とご確認ください。

○衛生面や更衣室内の安全な環境を維持する為、水着を脱いでシャワーを浴びていますが、気になる方は事前にお申し出いただくか、ご本人から直接リーダーにお伝えください。

■ 持ち物

○水 着：指定購入品はありません。

○水 泳 帽：指定購入品を受付にてご購入ください。（税込 1,000 円）

○バスタオル：バスタオルは名前を記入したビニール袋に入れてご用意ください。

※ゴーグルは必要に応じてご用意ください。お子さまが水中で目を開けられるようになってから（水泳ワッペン・クラゲ赤）着用するようにお勧めしています。

○マ ス ク：来館時と更衣室での着用は参加者（保護者の方）の判断でお願いします。

○健康チェックカード：ご自宅で検温と健康状況の記入をお願いいたします。

体操プログラム

■ クラスの流れ

3 階ロビーで待機

○初講日はクラス開始 10 分前（2 日目以降は 5 分前まで）までに着替えを終えた状態でお待ちください。

クラス責任者（プログラムディレクター）が時間になりましたらオリエンテーションを行います。

○着替えは 1 階の更衣室をご利用いただいても構いません。幼児の方は、保護者の方の更衣室へお入りいただけますが、入室時には「入室許可証」をお見せください。その際、保護者の方の性別で更衣室での着替えをお願いいたします。

■ 持ち物

○T シャツ：指定購入品はありません。各自でご用意ください。

胸に大きく名前をお書きください。（T シャツに直接書かずにテープや布などを貼り付けても結構です）

○短 パ ン：指定購入品はありません。各自でご用意いただき動きやすいものをご用意ください。

※トランポリンクラスは長ズボン、靴下の着用をお勧めしています。

○水 筒：水・お茶・スポーツドリンクなど

○汗拭きタオル

○マ ス ク：マスクの着用は参加者（保護者の方）の判断でお願いします。

○健康チェックカード：ご自宅で検温と健康状況の記入をお願いいたします。

クラス 2 日目以降

○クラス開始時間までに各自で着替えをして、3 階ロビーでお待ちください。

クラス終了・着替え

○着替えを終えたら解散となります。帰宅方法をお子様とご確認ください。

室内サッカープログラム

■クラスの流れ

※体操プログラムと同様となります。

■持ち物

- 室内履き：外履きとは違う靴を 1 足ご用意お願いいたします。
- マスク：マスクの着用は参加者（保護者の方）の判断でお願いします。
- 動きやすい服装：指定の物・購入品はありません。
- 水筒・汗拭きタオル

その他

■ワッペンテストについて

- YMCA 水泳・体操プログラムでは、お子様の技能測定及び評価のためにワッペンテストを実施しています。
- ワッペンテストの結果については、クラス終了後にお子様へ伝達、保護者の方には『れんらくアプリ』よりご連絡いたします。
- ワッペンテスト当日に欠席された場合は、期間中の練習状況を考慮した上で判断をさせていただきます。

■れんらくアプリについて

受付時にご案内を差し上げている『れんらくアプリ』では、ワッペンテストの結果・保護者の方の観覧等のお知らせ等、様々な情報をお伝えいたします。必ずご登録をいただき、アプリ内のれんらく受信一覧をご確認ください。

■注意事項・お願い

- 館内には多くの方が来られますので、騒いだり、他の方の迷惑にならないようご注意ください。
- お子さまに必要以上のお金や貴重品を持たせないようにしてください。貴重品を持ってきた場合は、必ず受付窓口に預けるよう、お伝えください。紛失をされた場合、責任を負いかねます。
- 忘れ物をしないようご注意ください。万一、忘れ物をした場合は、受付にお問い合わせください。名前の明記していない忘れ物は、2 週間経過した時点で処分させていただきます。

■健康管理チェックカードの使用方法

- YMCA では、参加者の健康状態を把握し事故を未然に防ぐため、保護者の方にお子様の健康状態を確認していただいております。体温を計測していただき、毎回お持ちください。
- ご自宅を出る前に健康状態を項目ごとにチェックしてください。
- 異常なしとして参加する場合、保護者印を捺印してください。

■保護者の方のプログラム観覧について

水泳クラスは屋外観覧席と室内観覧席、体操・室内サッカーは 3 階体育ホール前でご見学ください。観覧について変更がある場合は、『れんらくアプリ』にてご案内をさせていただきます。

横浜北 YMCA

〒222-0011 横浜市港北区菊名 6-13-57 電話 045 (433) 4321