

藤沢 YMCA

# キッズプログラムガイド

水泳・体操・チアダンス・野外活動

-2025-

## ▶ベビープログラム

地域に開かれた子育て拠点として、運動プログラムや憩いスペースがパッケージになったプログラムをご用意しております。子育て経験のあるスタッフがプログラムに関わっていますので、子育て、子育てのお手伝いもいたします。

### | ベビー 運動や憩いを通した親子のスキンシップ

対 象	クラス	曜日	時 間	内 容	月費用 (税込)
6ヶ月～3歳未満のお子様と保護者	ベビー スイミング	火	10:15～11:00	水に触れてあそび、感覚を刺激しながら、水慣れ、顔つけ、もぐりなどを実践します。	8,200円 該当の曜日にスイミング・親子体操もご参加可能です。
		木			
		土	13:35～14:20		
	親子体操	土	12:30～13:00	かけっこや模倣運動をとおして、楽しく身体づくり、運動の機会とします。	
わいわい広場	水・木・金	9:00～13:00	2階スタジオを開放します。親子やお友だち同士でゆったりした時間をお過ごしください。定期的に特別プログラムを実施します。	無料	

## ▶アクアティックプログラム

YMCA水泳クラスは誰もが泳げることを目標としています。泳げることが将来を担う子どもたちの大切な命を水の事故から守る重要なスキルであると考えからです。また、「一人ひとりを大切に」をモットーに少人数のグループを構成し、練習していきます。YMCA独自のワッペンテスト（泳力テスト）を年に4回実施し、子どもたちの泳力評価と動機付けを行っています。

### | 幼 児 “水と親しむ” あそびを通して水の楽しさを感じる

対 象	クラス	曜日	時 間	内 容	月費用 (税込)
3～6歳 (未就学児) ※ワッペンFまで	ラッコC	水	15:00～16:00	初心者指導に力をいれており、子どもの関心を活かした経験のある指導者が担当します。 顔つけ、もぐり、けのびなど水泳の基本を楽しく練習します。	4回：13,112円 3回：9,834円
	ラッコD	木			
	ラッコF	土	14:00～15:00		
	ラッコ週2	上記のクラスに週2回ご参加いただけます。			13,612円

※ワッペンF：クロール・背泳ぎで25mが泳げる程度 ★泳げるお子様はビーバークラスがおすすめです

### | 幼児・小学生 「できた！」自信につなげる。

対 象	クラス	曜日	時 間	内 容	月費用 (税込)
3歳～小学3年生 ※ワッペンDまで	ビーバーB	火	16:00～17:00	遊びの中から徐々に水に慣れ、親しみ、そして泳ぐことの興味へとつなげていきます。 水慣れはもちろん、クロール、背泳ぎ、平泳ぎを練習します。	4回：13,112円 3回：9,834円
	ビーバーC	水			
	ビーバーD	木			
	ビーバーF	土	15:00～16:00		
	ビーバー週2	上記のクラスに週2回ご参加いただけます。			13,612円

※ワッペンD：クロール・背泳ぎで100m、平泳ぎ50m、バタフライ25mが泳げる程度 ★4種目が泳げる方はスイマークラスがおすすめです。

### | 小学生・中学生 基本から泳ぎこみまでお子様のレベルに沿った指導

対 象	クラス	曜日	時 間	内 容	月費用 (税込)
小学生	フリッパーF	土	11:00～12:00	水慣れや学校体育に向けて、また、バタフライの習得や泳ぎこみに特化したクラスです。	4回：13,112円 3回：9,834円
小学生～中学生	スイマーC	水	17:00～18:15		4回：14,872円 3回：11,154円
	スイマーD	木			
小学生～高校生	スイマーF	土	16:00～17:15		
小学生～中学生	スイマー週2	上記スイマークラスに週2回ご参加いただけます。			15,372円

## ▶ジムナスティックプログラム

YMCAジムナスティックプログラムでは、運動が得意、不得意関係なく子ども自身が「運動が楽しい」と思い、将来的にも自身の健康を考えられる人になってほしいと願っています。

### | 幼児・小学生器械体操 運動あそびから器械体操種目までを

対象	クラス	曜日	時間	内容	月費用(税込)
年少～小学2年	幼小器械体操 B	火	15:45～16:45	基礎運動(走力、体幹強化)器械種目(マット・とび箱・鉄棒)の練習をおこないます。 お子様の特性にあわせた練習を提供し、「できる」を伸ばします。	4回:10,560円 3回:7,920円
	幼小器械体操 C	水			
	幼小器械体操 F1	土	10:45～11:45		
	幼小器械体操 F2	土	15:15～16:15		
	幼小器械体操週2	上記幼小器械体操に週2回ご参加いただけます。			11,060円

※YMCA独自のワッペンテスト(演技テスト)を年に4回実施し、子どもたちの評価と動機付けを行っています。

### | 小学生器械体操 基本からアクロバティック技までレベルに沿った練習

対象	クラス	曜日	時間	内容	月費用(税込)
小学生	器械体操 B	火	17:00～18:15	マット・とび箱・鉄棒の基本から発展技までの技術を習得していきます。 またアクロバティックな技にもチャレンジします。	4回:11,440円 3回:8,580円
	器械体操 D	木			
	器械体操 F	土	9:30～10:45		
	器械体操週2	上記器械体操に週2回ご参加いただけます。			11,940円

※YMCA独自のワッペンテスト(演技テスト)を年に4回実施し、子どもたちの評価と動機付けを行っています。

### | チアダンス 人を応援するチアスピリットを養います

対象	クラス	曜日	時間	内容	月費用(税込)
年長～小学生	チアダンス	金	16:15～17:15	音楽に合わせて楽しく体を動かしながら、チアダンスに欠かせない体力・筋力やリズム感、表現力、そしてチアリーダーとしてのスピリットを養います。チームでの活動を通し、協調・協力できる力を養うとともに、仲間を思いやる優しさや、尊敬心を身に付けていきます。	4回:10,560円 3回:7,920円

### | New マルチスポーツ 「走 跳 投」の基本運動と様々なスポーツの総合運動クラス

対象	クラス	曜日	時間	内容	月費用(税込)
年少～年長	マルチスポーツキッズ D	木	15:45～16:45	幼児期は様々なあそびや運動に触れて、知力、体力、精神力を養う時期です。一つの種目に絞らず、筋肉や神経系の発達が著しい幼児期に走る、跳ぶ、投げるといった基本運動を中心に、月毎に体操(マット・鉄棒・とび箱)、かけっこ、球技の練習をします。	4回:9,460円 3回:7,095円
	マルチスポーツキッズ F	土	13:00～14:00		
小学生	マルチスポーツジュニア C	水	17:00～18:00	走る、跳ぶ、投げるといった基本運動を中心に、月毎に体操(マット・鉄棒・とび箱)、かけっこ、球技の練習をしていきます。 小学生は試合(ルールのある運動あそび)形式など課題解決能力を高める内容も実践します。	週2回:9,960円
	マルチスポーツジュニア F	土	14:00～15:00		

## ▶野 外 活 動

野外遊び（野外活動）、友だちや自然の豊かな関わりを通して、子どもの豊かな人間形成養います。

### | New 森のようちえん・森のがっこう（野外活動） 自然体験はココロとカラダを育む

対 象	クラス	曜 日	内 容	月費用 (税込)
年中～年長	森のようちえん	第 3 日曜日※	“あそびが生活だったあの頃”がテーマです。子どもはあそびを通して、自然の不思議やおもしろさを感じる心を育みます。炊事、登山、川・海あそびなどのダイナミック自然体験は、子どもの豊かな人間形成の機会となります。	クラス費：1,100 円 別途活動費※
小学生	森のがっこう			

※クラス費：事業運営にかかわる経費・指導者養成費等

※活 動 費：当日にかかる交通費、プログラム諸経費等

参 考：日帰り：3,500 円～7,000 円程度 宿泊：18,000 円～25,000 円程度

## キッズファミリー会員

お様がクラスに参加されている 16 歳以上のご家族の皆様は、成人フリープログラムに無料、スクールプログラムに半額でご参加いただけます。

## ボランティア募集

YMCA は多くのボランティアに支えられ運営しております。クラスの運営のお手伝いや行事運営のサポート、キャンプなどのボランティアを募集しています。関心のある方は、お問い合わせください。

## 子ども支援 (BAPY) 基金

BAPYとは、“Be A Partner of the Youth”の頭文字をとったもので、「子どもたち（青少年）のパートナーになろう」という意味です。YMCAの諸活動に経済的理由により、参加したくても参加できない子どもたち（青少年）に対して、費用の一部または全額を基金より援助するプログラムです。一人ひとりが自分の人生を切り拓いていくために様々な機会に参加できることは大切なことです。プログラムにご参加の際、ぜひご活用ください。（利用条件あり）

## クラスお申し込みのみなさまへ

<p>▶お申し込み方法</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.受付時間 火曜～金曜 9:30～18:30 土曜 9:30～17:30 (日・月曜、祝日は受付業務を行なっておりません。)</li> <li>2.お電話でご希望のクラスをご予約後、1週間以内に正式なお手続きをお済ませください。</li> </ol> <p>▶お手続き方法</p> <p>月の練習回数によって月費用が異なります。月費用欄には、4回の場合と3回の場合の金額を記載しております。スケジュールによって曜日ごとに練習回数が異なります。 銀行キャッシュカード、印鑑（銀行届出印）をご用意の上、受付にてお手続きをお願いします。表示されている金額には消費税が含まれております。入会金 1,000 円 (税込)</p> <p>▶クラス変更</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.ご希望のクラスに空きのある場合のみお受けいたします。</li> <li>2.前月末日（当日 YMCA が休館の場合は前日）までにお申出ください。</li> </ol> <p>▶キャンセル・退会規定</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.入会金は、ご返金いたしませんのでご了承ください。</li> <li>2.所定用紙の記入が必要です。電話での受付はできません。</li> <li>3.当月末日（当日 YMCA が休館の場合は前日）までに書面によりキャンセルのお申し出があった場合、翌月以降の費用は引き落としいたしません。</li> </ol> <p>▶ご注意事項</p> <p>申込状況によってはクラスを締め切り、または開講しない場合がございますので、あらかじめご了承ください。 年度途中で対象年齢になった場合は、誕生月の翌月よりご参加いただけます。</p>	<p>▶グループ練習について</p> <p>グループでの練習が基本となります。集団の練習になじめない方や特別な練習が必要となる場合は、ご相談ください。</p> <p>▶購入品</p> <p>年間クラスにご参加される方は、YMCA 指定のユニフォームをご購入いただけます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・水泳クラス(ベビークラス除く).....水着、水泳帽</li> <li>・チアダンスクラス.....ユニフォーム一式</li> <li>・体操クラス・マルチスポーツ.....Tシャツ</li> </ul> <p>▶健康管理</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運動は、身体に適度な負荷をかけることにより、より健康な状態を現するものですが、疾病がある場合は、逆に健康を害することがありますので、毎回クラス前にご自宅での検温をお願いしております。</li> <li>2. 体調に不安のある方、現在疾病で治療中の方、既往症のある方、薬を服用されている方は、医師に相談の上、入会をされることをお勧めします。</li> <li>3. 入会手続きの際に、所定の健康確認書（申込書裏面）を記入いただきます。</li> <li>4. 3 歳以上で水泳年間クラスに参加する場合、参加初日までに心電図測定を受診または、医師による心臓疾患の有無の確認と、水泳プログラムへの参加に支障がないことを証明する病院指定の健康診断書を提出いただけます。</li> <li>5. 2 歳以下（ベビースイミング含む）で年間クラスに初めて参加する場合、プログラム開始前までに母子手帳の最新の検診結果をご提出いただけます。また、ベビースイミングは保護者の問診票を提出いただけます。</li> </ol> <p>※下記に該当される方はご相談ください</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①心臓に疾患のある方</li> <li>②脳貧血を起こしやすい方</li> <li>③耳に病気または異常のある方</li> <li>④目に病気のある方</li> <li>⑤てんかん体質・卒倒性体質の方</li> <li>⑥伝染性の皮膚疾患のある方</li> <li>⑦その他医師から運動を禁じられている方</li> </ol>
--	--

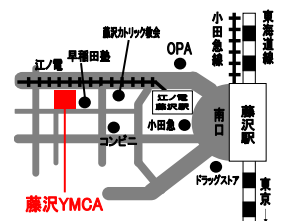
## 藤沢YMCA

〒251-0025 藤沢市鶴沼石上 1-13-7

電話: 0466-26-1151 FAX: 0466-26-3406

HP : <http://www.yokohamaymca.org>

受付時間 火～金曜日 9:30～18:30 土曜日 9:30～17:30 (日・月曜休館)



# \ お得な会員割引一覧 /

## | 水泳・体操プログラム週 2

水泳・体操プログラムは+**500 円**(月 4 回の月額)で追加できます。

### ▶対象クラス

水 泳：ラッコ・ビーバー・スイマー

体 操：幼小器械・器械体操・マルチスポーツ

※他プログラムのご登録は、10%引きとなります。

例 ビーバーB 在籍 4月追加：幼小器械C 両クラス 10%引きとなります。

## | 野外活動ウェルネス割

ご在籍(水泳・体操・チアダンス)のみなさまは、4月から新規開講する

「森のようちえん・森のがっこう」のご追加で、**登録費 1,100 円が無料**となります。

例：ビーバーB + 「森のようちえん」

→13,112 円(月 4 回) + 活動費 (登録費 1,100 円なし)

## | キッズファミリー会員

お子様がクラスに参加されている 16 歳以上のご家族の皆様は、

**成人フリープログラムに無料、スクールプログラムに半額**でご参加いただけます。

※別紙「ウェルネスガイド (成人)」をご覧ください。

## | お問い合わせ

ご不明な点がございましたら、お気軽にスタッフ、受付にお申し付けください。