

月 1600 クラス 新入生募集中!

ジュニアスイミングサークル

“サンフィッシュ&オーシャン”(S&O) vol.51

2021年 1-3月

【スケジュール】 1月12日(火)～3月19日(金) …レッスンはお休みです(祝日もお休み)

1月					2月					3月				
月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金
				1	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
4	5	6	7	8	8	9	10	11	12	8	9	10	11	12
11	12	13	14	15	15	16	17	18	19	15	16	17	18	19
18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	22	23	24	25	26
25	26	27	28	29						29	30	31		

特別プログラム ※卒業生の参加はできません。

	月	火	水	金
フィンスイム	3/8	3/9	3/10	3/12
お楽しみ会	3/15	3/16	3/17	3/19

- 活動場所: 山北町健康福祉センター さくらの湯
 ○活動日時: 月・火・水・金曜日 各曜日サンフィッシュ16時～17時/オーシャン17時～18時
 ○指導者: 藤原 恭子(きよろ)
 ○対象: 小学生(1～6年生)
 ○会費: 期ごとに徴収 51期は7,200円(全9回)
 ※納入された会費は、原則として払い戻しいたしません。
 ただし、施設や講師都合によるレッスン休止の場合は、後日、同曜日のレッスンを追加開催します。

◆新入会ご希望の方へ◆

お気軽にメールにてお問い合わせください。
 ※月1600クラス 新入生募集中!
 他のクラスも若干空きあります。(11/15 現在)

◆継続の方へ◆

メール登録がまだの方は登録をお願いします。
 緊急時の連絡やお知らせなどをお送りしています。
 アドレスが変わった場合は再登録をお願いいたします。

お問い合わせメールアドレス
swim8131@yahoo.co.jp
 サンフィッシュ&オーシャン(S&O)

HP アドレス
<https://asupo1.com/so/>
 スケジュール、ブログなどご覧下さい

【レッスン内容】

サンフィッシュ 推奨学年: 1～3年生。

初心者の場合、身長120cm以上が望ましい。(水深 100cm)

レベルに応じ、水慣れとクロール・背泳ぎの基本練習を中心に、ヘルパー使用により楽しく 25m完泳を目指します。

クロール・背泳ぎの基礎をマスターしたお子さんは、インターバル練習や平泳ぎ・バタフライ入門もあり。

オーシャン 推奨学年: 3～6年生。

スイミング経験歴2年以上。30m以上泳げることが望ましい。

平泳ぎ・バタフライの基礎練習を中心に、競泳4種目個人メドレー60mの完泳を目指します。

【レッスン時間】 準備体操や入れ替え時間を含めて60分間。

	16:00	17:00	18:00	19:00
月	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">サンフィッシュ 1600</div> <p style="text-align: center;">← 推奨: 小1・2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">オーシャン 1700 ★</div> <p style="text-align: center;">← 推奨: 小3以上</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">マーリンスイミング</div> <p style="text-align: center;">← 対象: 入会テスト有</p>	
火	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">サンフィッシュ 1600</div> <p style="text-align: center;">← 推奨: 小1・2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">オーシャン 1700 ★</div> <p style="text-align: center;">← 推奨: 小3以上</p>		
水	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">サンフィッシュ 1600</div> <p style="text-align: center;">← 推奨: 小1・2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">オーシャン 1700 ★</div> <p style="text-align: center;">← 推奨: 小3以上</p>		
金	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">サンフィッシュ 1600</div> <p style="text-align: center;">← 推奨: 小1・2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">オーシャン 1700 ★</div> <p style="text-align: center;">← 推奨: 小3以上</p>		

詳しくはお問い合わせください

※記載されている学年は参加を制限するものではありません。各ご家庭での目安になさってください。

★印・・・卒業生(1回500円)フォローアップ参加可能クラス

【来期の更新受付について】

申込書提出期限：月曜クラス 12/7、火曜クラス 12/8、水曜クラス 12/9、金曜クラス 12/11

◇申込書と会費を不要の封筒に入れて(卒業・休会の場合は会費不要)、レッスン時に提出してください。

(金額の入れ間違えにご注意ください。またおつりのないようにお願いします。領収書は後日お渡し。)

・クラス変更を希望する場合は、事前に空き状況を確認してからお申込みください。

・卒業・休会の場合も、必ず申込書のみ提出をお願いします。

【会費と各種割引について】

◇会費 7200円/9回 ※レッスン毎に施設利用料(200円)が別途必要です。

・兄弟割 4500円 (同期申込みの兄弟で下の子)

・女子割 6300円 (概ね毎月生理がある女子)

・あすぽ割 6300円 (概ね毎月ホリデージムに参加している子)

※納入された会費は、原則として払い戻しいたしません。

同一世帯で兄弟割と他の割引が併用
できるようになりました。(各自1つずつ)

例 1) 姉: 女子割 + 弟: 兄弟割

例 2) 兄: あすぽ割 + 妹: 兄弟割

【振替レッスンについて】

自己都合によりお休みした(する)場合、他クラスへ振替参加ができます。連絡は不要です。

スケジュールをご確認の上、都合のつく日程でレッスンにご参加ください。

振替レッスンを消化できなかった場合、継続更新をすると次期まで持ち越せます。

【活動にあたっての了解事項】

※お申込の際には必ずご一読の上、予めご了承ください※

安全への配慮は十分しておりますが、万一の事故に備え各家庭で保険加入の内容をご確認ください。

活動中の事故に関しましては、お互いに各人の保険の補償範囲内における賠償とさせていただきます。

やむを得ず、施設や講師都合によりレッスンが休止になった場合は、後日レッスンの追加開催となります。

第51期(2021年1-3月)サンフィッシュ&オーシャン申込書

記入日 年 月 日

了解事項を確認の上、スイミングレッスンへの参加を申し込みます

サンフィッシュ → 「月 1600」「火 1600」「水 1600」「金 1600」

オーシャン → 「月 1700」「火 1700」「水 1700」「金 1700」

新入会 継続 「 _____ 」クラス

クラス変更 「 _____ 」から 「 _____ 」へ

兄弟割 → 上の子の名前/ _____ 女子割 あすぽ割

メール登録済 → 未登録の方は登録をおねがいします。

継続しません ※理由などお伝えいただけますと幸いです(メールも可) ↓

コメント欄 _____

休会 卒業(退会) → S&O イベント配信メール不要

小学校	ふりがな	
年生	名前	男 女
レッスン時の連絡先 電話番号 _____		↓ ↓ 「新入会」「変更」の場合は記入 ↓ ↓ 住所 _____
(名前や続柄) _____		在籍中のブログ、広報などへの写真掲載 <input type="checkbox"/> 了承する/ <input type="checkbox"/> 了承しない

領収書

様分

↑ お子さんの名前を
ご記入ください

(以下、事務局記入)

第 51 期サンフィッシュ&オーシャン

会費として下記の通り

領収しました

¥ 7,200

¥ 6,300 あすぽ・女子割

¥ 4,500 兄弟割

年 月 日

サンフィッシュ&オーシャン事務局

新入会 継続

クラス変更

～休会・退会(卒業)される方へ～

【卒業生フォローアップ】

休会中や退会后、S&O では在籍期間が概ね2年以上であれば、スキルレベルにかかわらず、S&O 卒業生として、フォローアップのため、通常レッスンへの参加を歓迎しています。

HP などでスケジュールをご確認の上、ご活用ください。

- 月1回まで/予約申込み不要/1回800円(施設使用料別)レッスン時に納入してください。
- 通常レッスンのみ/3人以上で誘い合って参加しないこと。
- 参加可能クラスは別紙参照(期ごとに異なります)。

【卒業記録証プレゼント対象者】

卒業基準※個人メドレー60mの検定に合格すると、

退会時に卒業記録証プレゼント！ & 退会后1年間、卒業生フォローアップ参加が無料！

検定は随時行っていますので、希望者はどんどんチャレンジしてください。

※個人メドレー60m: 競泳4種(バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ・クロール)を各15m、
規定のフォームでターン含めて、2分以内で完泳。

申込書を出す前に！



【更衣室利用の注意事項】 各家庭でお声かけして頂けるとありがたいです。

○タオルやバッグや着替えをベンチや床に散らかさないでロッカーにしまう。

(ロッカー用に100円玉を持っていなくても、一番下の段は鍵をかけずに利用できます。)

○お風呂に入る時は、お風呂入口の棚にタオルを置く。出る時は、棚の前でしっかり体を拭いてからロッカーへ。

「レッスン前にさくらの湯でロッカー利用ができます！」

現在、レッスン前に早めに来た子ども達が館内に荷物を置いたままで公園へ遊びに行ってしまう事があります。荷物が他の利用者の通行の妨げになったり、ソファを占領してしまうそうです。

レッスン前に公園に遊びに行く時は、必ず荷物を持って行くか、ロッカーに入れるようご指導ください。

【使い方】

(1)プール受付で「荷物だけ置かせてください」と言って、入場券を見せて入場する。

※注意:利用時間はレッスンやお風呂時間も含めて2時間以内。

(2)プール側更衣室の1番下の段に荷物を入れる。カギは閉めない。

(3)荷物を預けた後は、レッスン15分前まで一旦退場。

(4)再入場の時はプール受付で「先に荷物を預けてあります」と言って入場できます。

さくらの湯は公共の施設です。

コロナ感染予防をこころがけ、マナーを守って利用しましょう！