

子供水泳教室参加についてのご案内

この度は、相模原市立市民健康文化センターの子供水泳教室にご参加いただき誠にありがとうございます。
下記内容を必ずご確認の上、教室へご参加いただくようお願いいたします。



当日のレッスンの流れ

- ① 教室開始15分前から更衣室への入場をご案内いたします。プールフロントにて受付をお願いいたします。
- ② 教室開始時間までに、更衣室で水着に着替えて、水泳キャップを着用しプールサイドに集合します。
- ③ プールサイドで、準備体操を行います。
- ④ 各ブロックに分かれ出欠を取り練習開始します。
※初めて受講されるお子様には初日に「級認定」を行い、お帰りにワッペンをお渡しいたします。
- ⑤ 教室終了後、シャワーを浴びてロッカーへ戻ります。

持ち物

水着 指定の水着はございません。普段、学校やご家庭で使用しているものをご用意ください。
但し、泳ぐ際に大きな抵抗になる形のもの、脱げてしまう可能性のあるものは避けてください。
身体にフィットするスクール水着タイプのものをご用意ください。**水着のレンタルはございません。**

避けていただきたい 水着例

男子 … トランクタイプ（ポケットのあるもの）

女子 … ビキニタイプのもの、フリルのついているもの等



水泳キャップ

指定はございません。頭にしっかりフィットするものをご用意ください。

顎ひもで止めるものは安全の為、禁止となります。コーチからはっきり見える位置に、大きくお名前を書いてください。

ゴーグル（水中メガネ）

コナミスポーツのスイミングスクール認定級 17級までは、ゴーグルを使用しません。

安全確保の目的で水中で目を開ける練習を行うため、ゴーグルは持たずに練習に参加してください。

16級からは、ご用意いただいて構いません。

別途、目の病気などをお持ちの方は、コーチまでご相談ください。**ゴーグルのレンタルはございません。**



その他 体を拭く為のタオル（ロッカーに入れたままで）、ロッカーで使用する100円（リターン式です）

水分補給できるもの（任意）をご用意いただくようお願いいたします。

参加をお断りする場合

- ① 感染の可能性のある疾病が確認されたとき。※水いぼ、ウィルス性（インフルエンザ等）の感染症
* 上記以外でも施設の判断により参加をお断りする場合がございます。予めご了承ください。
 - ② 低年齢クラスで、おむつが取れていないもしくはトイレの自己申告ができないお子様。
 - ③ その他、施設側の判断でお断りするケースもございます。（教室のルール、マナーが著しく守れない、スタッフの指示に従わない場合等）
- ご不明な点・ご質問は、受付・プールスタッフもしくはお電話にてお問い合わせください。

スポーツ・水泳教室を受講される皆様へ

【連絡事項】

- ・ 申込後のキャンセル（返金）はできませんのでご了承ください。
- ・ 各施設の「利用規則」を厳守いただき、ご利用ください。
- ・ 交通機関等の影響や天候の変化により急に中止になる場合もございますので、予めご了承ください。
- ・ 当施設の資料として写真等を取らせていただく場合がございます。ご理解、ご協力をお願いいたします。
- ・ ご本人様以外の方の代理受講は権利の譲渡となる為できませんので、予めご了承ください。
- ・ 託児所のご用意はございません。
- ・ 自然災害等で教室が休講になる場合がございます。その際はHPでご案内いたしますので、各自ご確認ください。
- ・ 心臓病、高血圧、その他現在治療中の方は医師とご相談の上、お申し込みください。

【注意事項】

教室を安全で楽しく効果的に運営するために皆様のご協力をお願いいたします。

- ・ 時間厳守での参加をお願いいたします。
(レッスン開始後の入場は安全面を考慮し今後の教室への参加をお断りする場合があります。)
- ・ 体調がすぐれない場合は、無理をせず参加をお控えください。
- ・ 教室時間外でのコーチへのご質問・ご相談はご遠慮ください。

【スポーツ教室ご参加の方へ】

- ・ 運動に適した服装でご参加ください。タオル・飲み物（ふた付き）等必要なものをご持参ください。
- ・ 室内用シューズは床に跡がつかないノンマーキングシューズか、靴裏が紺色又は白のシューズをご使用ください。

【子供水泳教室ご参加の方へ】

- ・ 相模原市内在住・在学で無い小学生以上のお子様は、ご入場時に **350円** の入場券をお買い求めください。
- ・ 教室最終日に「進級テスト」を実施いたします。「すいすいステップノート」を使用いたしますので、お持ちでない方は、お子様1人に付き1冊ご準備ください。