

2022年の春

始めるなら今がチャンス!

# スイミングお試し体験

4/1(金)~4/28(木)

お試し体験 1100円(税込)/1回

※体験が初めての方限定です。 ※4/22~28の幼児学童コースはレッスン後半テストを実施しています。

体験を希望の方はスポーツアカデミー富里のホームページまたはお電話にてご予約ください。



## 対象コース

**ベビー: 6ヶ月~3歳** **おススメ**  
月・水 11:00~11:45 土 11:30~12:15

**幼児: 3歳~5歳(未就学児)** **おススメ**  
月・水・木・金 15:15~16:00他

**学童: 5歳~中学3年生**  
平日 16:15~17:15、17:30~18:30他

※各コース開催時間はHPでもご覧頂けます。  
<http://www.hoo-sports.com/tomisato>

スイミング業界初演出!  
アカデミー自慢の  
★幼児専用進級基準★

クラス	教程	級	帽子 / ヴェブ	級名	内容
基礎	水慣れ 呼吸	24	いちご	プール入水	水慣れ(プール入退水)
		23	みかん	水中歩行	水慣れ(赤台歩行)
		22	もも	水中カニ歩行	水慣れ(壁横移動)
		21	ぶどう	息こらえ呼吸	水慣れ(水面口付け)
		20	さくらんぼ	ハブリング呼吸	水慣れ(息吐き)
		19	りんご	顔つけ	水慣れ(水面顔付け)
初級	潜り 水中	18	バナナ	ジャンプ	バランスを取って連続ジャンプ
		17	レモン	頭もくり	水慣れ(息吐き・目開き)
		16	パイナップル	立ち飛び込み	プールサイドからジャンプ
		15	スイカ	浮き身	水平に浮く
		14	メロン	けのび	壁けり・浮き身
		13	マンゴー	ポビング	呼吸付き連続ジャンプ(補助)
中級	水中 泳ぎ	12	狼(おおかみ)	背浮き	水平に浮く(仰向き)
		11	こじか	背面けのび	壁けり・浮き身
		10	猿(さる)	水中ジャンプ	連続呼吸・手かき
		9	チーター	板キック10m(ヘルパー)	ビート板でバタ足
		8	黒ひょう	面かぶりキック5m	姿勢を維持してバタ足
		7	ライオン	面かぶりクロール7m	腕の動作の習得
上級	泳法 クロール	6	虎(とら)	背面キック12.5m(ヘルパー)	仰向けキック・呼吸法
		5	ためき	手付き背面キック12.5m	腕の動作・キック推進力
		4	子守熊(コアラ)	背泳ぎ12.5m	コンビネーション
		3	ソウ	回転キック	うつ伏せバタ足→仰向き呼吸
		2	ひつじ	ロールクロール12.5m	コンビネーション・仰向き呼吸
		1	ペガサス	ロールクロール25m	コンビネーション・仰向き呼吸



心と健康のスポーツコミュニティ

スポーツアカデミー富里

ご予約・お問い合わせは

TEL.0476-33-6261