

# パンジヨスイミングクラブ 短期教室参加のしおり

## ★授業参加時の持ち物★

水着・水泳キャップ・タオル・ゴーグル（該当級参加者）・ロッカー代（10円） ・短期教室会員証  
マスク・マスクを入れるビニール袋

- ・ 短期教室会員証は初日の1週間前からお渡し致します。お申し込み時の領収書をお持ち下さい。  
会員証受け取りのみでの無料駐車サービスの実施は致しかねますのでご了承下さい。
- ・ キャンセルについて  
メール申込の場合、入金期限までにスクールフロントでの入金が無い場合はキャンセル扱いとなりますのでご注意下さい。入金が間に合わない場合や、キャンセルの場合は必ずスクールフロントまでご連絡をお願い致します。  
尚、開催日の1週間前からキャンセル料（申込金の半額）を頂戴いたします。キャンセル料発生期間内においての代理の方のご参加は可能です。授業開始日以降のキャンセルは受付致しかねますので御了承下さい。
- ・ クラス変更について  
メール申込期間中にクラス変更を希望される場合は、再度メールにてお申込み頂き、スクールフロントに以前のクラスのキャンセルをお伝え下さい。メール受付期間中はスクールフロントでのクラス変更手続きは出来ません。フロント受付開始後は、スクールフロントでのコース変更手続きが可能です。  
但し、その場合には事務手数料として200円が必要になります。ご了承下さい。  
希望クラスが定員に達している場合は、キャンセル待ちとなります。
- ・ 2時間無料駐車サービスの発行は練習日のみになります。  
無料駐車サービス実施時に「短期教室会員証」の提示が必要となりますのでご了承下さい。
- ・ ショッピングセンターパンジヨは10時開店ですので、10時までは他の階には入れません。  
10時までの入り口は2階カフェテラス（元モスバーガー）横からのエレベーター経由のみになります。
- ・ 練習終了後はロッカーが非常に混みます。  
可能な限り、お子様お一人での更衣にご協力頂きますようお願い致します。
- ・ 今回の短期教室では、フィンを使用致しません。  
定期会員の方も同様ですので、フィンをお持ち頂く必要はございません。

- ・ 低年齢水慣れ教室は最終日に、授業参観を実施します。プールサイドにてお子様の練習をご覧頂けますので、ぜひご利用下さい。同時間帯実施の他クラスの保護者の方は入場出来ません。ご了承下さい。
- ・ 男子水着のトランクスタイプ、女子水着のフリル（スカート）は指導の妨げになりますので、ご遠慮下さい。
- ・ はじめて～4泳法習得クラスは初日にお子様の泳力判定を行います。泳力判定の結果、受験級や担当インストラクターが変更になる場合があります。
- ・ タオル、スイミングキャップ、水着等はもちろん、お子様が身に着けて来るものには、お名前をご記入下さい（未記入の場合、忘れ物・間違い等には対応致しかねます。）
- ・ 靴の履き間違い防止の為に、袋を用意してロッカーへの収納をして頂く事は可能です。
- ・ 一般でのご参加の方につきましては、定期コースへの継続入会をして頂きますと、特典が付きますのでぜひご利用下さい。内容につきましてはスクールフロントにお問合せ下さい。
- ・ はじめて～4泳法習得クラスまたは特別進級クラス参加者で、最終日を欠席され、進級判定に参加できなかった方には、別途予備判定日を設けております。判定をご希望の方は、欠席の連絡と共にスイミングフロントへお申し出下さい。予備判定日は下記の日程で行います。

2023年 1月 8日（日） 9時50分プールサイド集合

予備判定に参加出来るのは、はじめてクラスは期間中3日以上、特別進級クラスは2日以上練習に参加した、18級～7級の方が対象となっております。19級以下の方は担当コーチによる認定となっておりますので、判定を受ける事は出来ません。

- ・ 自然災害等による警報発令時の対応について  
堺市を含む泉州地域に、午前7時の段階で暴風警報が出ている場合、当日の短期教室の練習は休講となります。その場合は、当クラブホームページ内スタッフブログにてご案内をさせていただきますので、ご確認下さいませ。また、万が一警報により休講になっても、その分の返金は出来ませんのでご了承下さい。
- ・ その他ご質問等ございましたら、お気軽にスイミングフロントまでお問い合わせください。  
Tel 072-294-3175 月～金 10:30 - 19:30 土 10:00 - 19:00 日 9:00 - 15:15

## パンジョスイミングクラブ進級一覧表

認定級	認定種目	認定基準
めだか	水中を一人で歩くことができる	何も持たないで一人で歩くことができる 前後左右へ自由に歩くことができる
きんぎょ	顔付けができる	3秒間目を開け、顔付けができる 顔全体を水面下につけることができる
とびうお	初歩の板キックができる	自分で壁をけてスタートができる キックが途切れなく打て、5m以上進むことができる
いるか	初歩の背面キックができる	一人でスタートし自分で起き上がることができる 身体をまっすぐ伸ばして5m以上進むことができる
くじら	水中トンネルくぐりが出来る	一人で飛び込んで水中トンネルくぐりが出来る 手とキックを使ってトンネルくぐりが出来る

級	進級種目	備考
20級	腰掛キック・壁キック各10秒間	最終日は25m浮き付き板キック
19級	顔付け5秒間、板キック10m	
18級	背面キックで10m、水中トンネルくぐり	
17級	25m浮き付き板キック	
16級	25m浮き付き手付き背面キック	希望者はゴーグルの使用可能
15級	25m浮き付き背泳ぎ	
14級	25m浮き付き片手クロール	
13級	25m浮き付きクロール	
12級	50m浮き付き背面キック	
11級	25m背泳ぎ	
10級	25mクロール	ゴーグル使用の義務付け
9級	25m浮き付き平泳ぎキック	
8級	25m平泳ぎ	
7級	25m浮き付きドルフィンキック	
6級	25mバタフライ	
5級	50m背泳ぎ	
4級	50mクロール	
3級	50m平泳ぎ	ゴーグル使用の義務付け 性別年齢別制限タイム有り (4泳法タイムクラス)
2級	50mバタフライ	
1級	100m個人メドレー	
J級・S級	日本水泳連盟資格級による種目	