

# 2018年度 ライブスポーツカレンダー

※イベントや短期教室の日程は予定です。

◆ヘルシーコースのご利用は、月単位(1日～月末)となっております。  
◆スクール(子供・大人)の1ヶ月(月度)の練習日は、月始めや月末が月をまたぐ場合もありますので、練習日をよくご確認ください。

4月

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

●4/30(月祝)は休館日

**GW短期水泳教室**  
続けて泳げば進級のチャンス!

3日間  
3(木) 4(金) 5(土)

**休館日**  
4/30(月祝)～5/5(土祝)

8月

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

●8/11(土祝)～17(金)は休館日

続けて泳げば進級のチャンス!  
**夏休み短期水泳教室**

I期 7/24(火)～27(金) 4日間  
II期 7/31(火)～8/3(金) 4日間  
III期 7/31(火)～8/2(木) 3日間  
IV期 8/7(火)～10(金) 4日間  
V期 8/7(火)～9(木) 3日間

12月

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

●12/24(月祝)は通常営業でスクールがあります。  
●12/27(木)～31(月)年末休館日

11/29(木)～12/5(水)  
**クリスマス写真撮影**  
サンタとコーチとお友達と  
プールで記念撮影

続けて泳げば進級のチャンス!  
**クリスマス短期水泳教室**  
12/24(月祝)～26(水) 3日間

5月

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

●5/1(火)～5(土祝)は休館日  
○5/27(日)進級記録会・申込締切日 5月22日(火)

5/20(日)  
**春の野外活動**  
火おこし、野菜切り、みんなで  
カレー作りゲーム大会、  
楽しいこといっぱい

たくましく生きていくために!

- ・自然の中でおもいっきり走る
- ・体験を通して、潜在能力を呼び覚ます
- ・いざという時、持てる力を充分発揮しよう
- ・自分で考える力を養おう
- ・感謝、思いやり、優しさに気づこう
- ・自然の美しさ、大切さを感じよう

◎指導 滝澤 幸子(7才)

9月

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

●9/24(月祝)の祝日は他の曜日で振替  
○9/30(日)進級記録会・申込締切日 9月25日(火)

8/27(月)～9/1(土)  
楽しいこといっぱい…  
コーチ達と遊ぼう!  
**サマーウィーク**

9/17(祝)  
**33周年 オープン記念祭**  
ダンス・バレエ発表  
屋台やゲームコーナー  
等々盛り沢山!!

1月

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

●1/14(月祝)は通常営業でスクールがあります。  
●1/1(火祝)～3(木)年始休館日  
○1/27(日)進級記録会・申込締切日 1月22日(火)

**休館日**  
12/27(木)～1/3(木)  
3/30(土)

1/4(金)  
10:00～15:00  
**初泳ぎファミリータイム**  
会員及び家族は無料  
健康づくりは初泳ぎから…  
家族みんなで来てネ!

おしるこもあるよ!

◎指導 三上りん子(7才)

6月

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

◎指導 細野 詩月(10才)

6/25(月)～30(土)  
**着衣水泳・避難訓練**  
服を着たままプールで  
泳ぐ体験をしておこう!

◎指導 細野 詩月(10才)

10月

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

●10/8(月祝)は通常営業でスクールがあります。  
●10/30(火)・31(水)は休館日

**休館日**  
8/11(土祝)～17(金)  
9/24(月祝)、10/30(火)・31(水)

2月

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

●2/11(月祝)は通常営業でスクールがあります。

2/3(日)  
**スキー・スノーボード教室**  
はじめての子も、すべれる子も  
思いっきりゲレンデを駆けまわろう~!

◎指導 三上りん子(7才)

7月

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

●7/16(月祝)は通常営業でスクールがあります。  
○7/22(日)進級記録会・申込締切日 7月17日(火)

7/25(月)～30(土)  
**着衣水泳・避難訓練**  
服を着たままプールで  
泳ぐ体験をしておこう!

◎指導 細野 詩月(10才)

11月

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

●11/3(土祝)・23(金祝)は通常営業でスクールがあります。  
○11/25(日)進級記録会・申込締切日 11月20日(火)

10/14(日)  
**秋の野外活動**  
自分達で野菜を切って、火をおこして、  
大きななべでもい煮を作ろう!  
広い草原を駆けまわろう!

3月

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

●3/21(木祝)は通常営業でスクールがあります。  
○3/24(日)進級記録会・申込締切日 3月19日(火)  
●3/30(土)は休館日

続けて泳げば進級のチャンス!  
**春休み短期水泳教室**  
3/26(火)～29(金) 4日間

スクールをお休みする時は、  
前もって電話連絡をお願いします。

20級 11級(進級テストで認定)

級	種目	基準内容	帽子(ラブ)	級	種目	基準内容	帽子(ラブ)
20-E	新入会	みんなと一緒に練習できるように	白	15-C	10m付面キック	壁をけって面が泳げるようになる	青
20-D	板キック	一人でできるように	0	15-B		浮き輪から泳ぎが上手にできるように	0
20-C	板キック	スタートができるように	0	15-A		浮き輪から泳ぎが上手にできるように	0
20-B	背泳	スタートができるように	0	14-C	25m付面キック	背泳ぎのスタートができるようになる	青
20-A	とびつき	スタートができるようになる	0	14-B		両手で背を押して、壁を押してキックしよ	青
19-C	25m付面キック	板キックが12.5mできるようになる	白	14-A		正しい姿勢で泳ぎが上手になる	1
19-B		板キックが25mできるようになる	1	13-D	ノーブルクロール	姿勢が安定して泳げるようになる	青
19-A		板キックが50mできるようになる	1	13-C		入水の時に前に伸びるようになる	2
18-B		目視スタート、顔のついでに入水できるように	1	13-B		目視スタート、顔のついでに入水できるように	2
18-C	もぐる	口までアブクパーがでるようになる	白	13-A		手のタイミング、リズムよく泳げるようになる	2
18-A		ジャンプしてもぐれるようになる	2	12-C	25m付背泳ぎ	腰が安定してキックができるようになる	青
17-D	12.5m付背泳ぎ	一人で進んで立てるように	白	12-B		手のタイミングがよく泳げるようになる	3
17-C		顔を押し出してキックできるように	3	12-A		スタート、リズムよく泳げるようになる	3
17-B		力を抜いてキックできるように	3	11-C	25m付クロール	呼吸時、前に手が伸びるようになる	青
17-A		顔を押し出して、足の甲が水面から出るようになる	3	11-B		呼吸時は横向きにする	4
16-B	けのび	フロアからフロアにのびるようになる	白	11-A		クラブスタート、リズムよく泳げるようになる	4
16-A		手足押し出して立てるように	4	H	ヘルパー	リカバリーかき終えた腕を前に戻す動作	

練習回数を、確保しましょう。  
**練習日の振替**

①その月の休んだ日はその月で、  
②4週目に休んだ日は翌月の1週目まで、  
③祝日が練習日で月4回できない場合は、  
振替は出来ませんのでご注意ください。  
振替は2回までとなります。

希望する練習の前日(日曜・祝日除く)の12時までに申し込み下さい。(バス送迎はフロントにお問合せ下さい)

進級記録会申し込み締切日は前の週の火曜日。  
申し込み書に430円を添えてフロントに申し込んで下さい。

初心者指導など50年余の経験を礎に、お子様がたの健全な心身の発達を願って、スタッフ一同真心こめて指導にあたります。

ライブスポーツ代表  
佐藤 博美

●営業時間 月～金 10:00～20:30  
土 10:00～20:00  
日 10:00～15:30  
●休館日 日曜日、4/30～5/5、8/11～17、9/24、10/30・31、3/30  
年末年始 12/27～1/3

お願い

- 月会費は、毎月5日に引落とします。また年会費2,160円は、毎年4月5日に同時引落とさせていただきます。
- 各届け書(退会・休会・変更・バス利用等)の手続きは、前月の20日までとなっています。〆切日をお守りください。※20日が日曜、祝日の場合は前日(平日)までとなります。

**国見スイミングクラブ**  
http://www.livesports-swim.jp  
〒981-0943 仙台市青葉区国見3-11  
TEL 234-5138 FAX 234-5183