

2017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。

◆フィットネスメンバーのご利用は、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	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							

●4/29(土)祝は休館日

5	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	6/3	
6/4	6/5	6/6	6/7	6/8	6/9	6/10	
6/11							

●5/1(月)～14(日)は休館日
○6/11(日)進級記録会・申込締切日 6月6日(火)

6	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	7/1	
7/2	7/3	7/4	7/5	7/6	7/7	7/8	

7	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	8/1	8/2	8/3	8/4	8/5	

●7/17(月)の祝日は他の曜日で振替
○7/30(日)進級記録会・申込締切日 7月25日(火)

続けて泳げば進級のチャンス! 春休み短期水泳教室

I期 3/26(日)～29(水)
II期 4/3(月)～6(木) 4日間

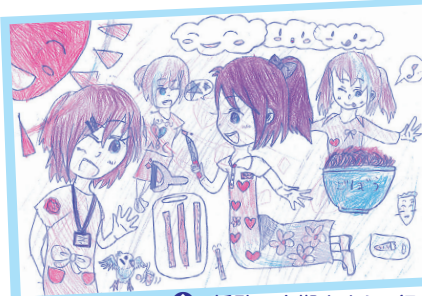
休館日 ※工事の為休館
4/29(土)～5/14(日)

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ろう
- ・体験を通して、潜在能力を呼び覚まそう
- ・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



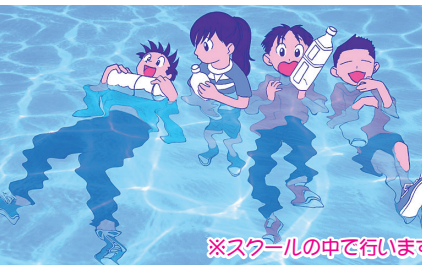
① 将監 大槻さくら (7才)



3月～8月

着衣水泳・避難訓練

服を着たまふプールで泳ぐ体験をしておこう!



※スクール中で行います。

8	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	9/1	9/2	
9/3	9/4	9/5					

●8/11(金)の祝日は他の曜日で振替
●8/14(月)・15(火)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 7/25(火)～28(金)
II期 8/1(火)～4(金) 4日間
III期 8/8(火)～11(祝金)
IV期 8/21(月)～24(木)

8/30(水)～9/5(火) 楽しいこといっぱい! コーチ達と遊ぼう! サマーウィーク

28周年 オープン記念祭



屋台やゲームコーナー等々盛り沢山!!

休館日 8/14(月)・15(火)

秋の野外活動

自分達で野菜を切って、火をおこして、大きななべでも煮を作ろう! 広い草原を駆けめくろう!



9	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	10/2	10/3					

●9/18(月)・23(土)の祝日は他の曜日で振替
○10/1(日)進級記録会・申込締切日 9月26日(火)

10	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					

●10/9(月)の祝日は他の曜日で振替

11	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(金)・23(木)の祝日は他の曜日で振替
○11/26(日)進級記録会・申込締切日 11月21日(火)

12	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							

●12/23(土)の祝日は他の曜日で振替
●12/27(水)～31(日)年末休館日

11/29～12/5

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

12/23(土)～26(火) 4日間

休館日 12/27(水)～1/3(水) 3/30(金)・31(土)

初泳ぎファミリータイム

10:00～15:00

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!



スキー・スノーボード教室

はじめての子ども、すべれる子ども、思いっきりゲレンデを駆けまわろう!

祝日ファミリータイム

親子でスキップ!

10:00～15:00



6歳以下は保護者同伴をお願いします。

会員:無料 会員の家族と同伴者320円

続けて泳げば進級のチャンス!
春休み短期水泳教室

3/27(火)～30(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	備考	級	種目	基準内容	備考	級	種目	基準内容	備考	級	種目	基準内容	備考		
20-E	新入会	みんなと一緒に練習できるようにしよう	白	0	15-C	10mH付面キック	壁をくぐって泳げるようになる	青	0	10-D	25mクロール	呼吸時、片手を伸ばしてノーブルで泳げるようになる	緑	0	6-A	50mクロール	50m泳げようとする
20-D	板キックが一人でできるようになる	0	15-B	10mH付面キック	壁をくぐって泳げるようになる	青	0	10-C	25mクロール	姿勢が安定して泳げるようになる	0	6-B	50mクロール	スタートターンできるように			
20-C	板キックのスタートができる、立てるようにしよう	0	15-A	10mH付面キック	壁をくぐって泳げるようになる	青	0	10-B	25mクロール	スタート、リズムよく泳げるようになる	0	5-A	50m背泳ぎ	50m泳げようとする			
20-B	背泳ぎで耳まで入って浮けるようになる	0	14-C	25mバックスキック	背泳ぎのスタートができるようになる	青	1	10-A	25mクロール	スタート、リズムよく呼吸して泳げるようになる	0	5-B	50mクロール	スタートターンできるように			
20-A	とびつきができるようになる	0	14-B	25mバックスキック	背泳ぎのスタートができるようになる	青	1	9-C	25m背泳ぎ	腰が安定してキックができるようになる	緑	1	4-A	50mバタフライ	50m泳げようとする		
19-D	25mH付面キック	板キックが12.5mできるようになる	白	1	14-A	25mバックスキック	背泳ぎのスタートができるようになる	青	1	9-B	25m背泳ぎ	手のタイミングがよくなるようになる	1	4-B	50mクロール	スタートターンできるように	
19-C	板キックが12.5m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	2	9-A	25m背泳ぎ	スタート、リズムよく25m泳げるようになる	1	3-B	50m平泳ぎ	50m泳げようとする			
19-B	板キックが25mできるようになる	1	13-C	ノーブルクロール	姿勢が安定して泳げるようになる	青	2	8-F	25mバタフライ	板キックで足をそろえて泳げるようになる	緑	2	3-A	スタートターン	スタートターンできるように		
19-A	口までブクブクパーがでるようになる	1	13-B	ノーブルクロール	姿勢が安定して泳げるようになる	青	2	8-E	25mバタフライ	口まで水が前に泳げるようになる	2	2-B	100m個人バタ	100m泳げるようになる			
18-C	ジャンプして泳げるようになる	2	13-A	ノーブルクロール	姿勢が安定して泳げるようになる	青	2	8-D	25mバタフライ	手の力加減ができるようになる	2	2-A	スタートターン	スタートターンできるように			
18-B	頭までくぐるようになる	2	12-C	25mH付面キック	腰が安定してキックができるようになる	青	3	8-C	25mバタフライ	ヘムパ・付システムで12.5m泳げるようになる	2	1-B	200m個人バタ	200m泳げるようになる			
18-A	頭までくぐるようになる	2	12-B	25mH付面キック	手のタイミングがよくなるようになる	青	3	8-B	25mバタフライ	スタート、リズムよく25m泳げるようになる	2	2-A	スタートターン	スタートターンできるように			
17-D	12.5mH付面キック	一人で進んで泳げるようになる	白	3	12-A	25mH付面キック	スタート、リズムよく泳げるようになる	3	8-A	25mバタフライ	スタート、リズムよく25m泳げるようになる	2	特-1	各種目	日本水泳連盟C級		
17-C	腰を伸ばしてキックで泳げるようになる	3	11-C	25mH付面キック	呼吸時、前に手が伸びるようになる	青	4	7-E	25m平泳ぎ	スタート、リズムよく泳げるようになる	緑	3			進級記録会申し込み締切日は		
17-B	腰を伸ばしてキックで泳げるようになる	3	11-B	25mH付面キック	呼吸は横向きである	4	7-D	25m平泳ぎ	板キックで広さよく泳いでいく	3					申し込み書に430円をそえて		
17-A	腰を伸ばして、足の甲で蹴りあげることができる	3	11-A	25mH付面キック	呼吸は横向きである	4	7-C	25m平泳ぎ	プル・キック後、よく伸びるようになる	3							
16-B	けのび	フロアからフロアにけるようになる	白	4			7-B	25m平泳ぎ	手・足・肩がキックで泳げるようになる	3							
16-A	手足伸ばして進んで泳げるようになる	4					7-A	25m平泳ぎ	手・足・肩の出し入れがスムーズになる	3							

進級基準一覧表

H→ヘルパー リカバリー→かき終えた腕の前に戻す動作

練習回数、確保しましょう。

《練習日の振替》

- ①その月の休んだ分は、その月で、
 - ②4週目に休んだ分は翌月の1週目で、
 - ③祝日が練習日で月4回できない場合は、翌月まで振替ができます。
- 振替予約をキャンセルした場合は再度の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)



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 祝日 10:00～15:30

●休館日 日曜日、4/29～5/14、8/14・15、3/30・31 年末年始 12/27～1/3

お願い

●月会費は、毎月5日に引落としとなります。また年会費2,160円は、毎年4月5日に同時引落とし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。月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。

ライブスポーツ将監

http://www.livesports-swim.jp 〒981-3132 仙台市泉区将監4-29-1

TEL 375-3224 FAX 375-9426