

Re. station スイミングスクール

【進級基準一覧】

クラス	級	キャップ色	ワッペン	進級基準	泳力目標		
C	ベストスイマー	右表参照		各泳法2種目選択 または 50m	STEP.5		
				個人メドレー 100m	目標タイムに向けてのステップアップ		
	1	黄	①	個人メドレー 100m	個人メドレーの泳法・ターン		
	2			②	バタフライ 25m	STEP.4	
	3			③	バタフライキック 25m		
	4			④	背泳ぎ 50m	バタフライ・平泳ぎの習得	
	5			⑤	平泳ぎ 25m		
	6			⑥	ビート板平泳ぎキック 25m	クロール・背泳ぎのステップアップ	
	7			⑦	クロールコンティニューアス 50m		
	8			⑧	背泳ぎ 25m	STEP.3	
	9			⑨	背泳ぎキック 25m		
10	⑩			クロール 15m			
Z	B			赤	⑪	背泳ぎキック 8m	クロール・背泳ぎの習得
		11	⑪			ヘルパー付クロール 15m	
		12	⑫			顔つけクロール 8m	STEP.2
		13	⑬			ビート板息つきキック 15m	
		14	⑭			けのびキック 8m	
		15	⑮			背浮きキック 8m	姿勢の習得 キックの基本
		16	⑯			ビート板背浮きキック 8m	
		17	⑰			けのび 3m	STEP.1
		18	⑱			ビート板顔つけキック 6m	
		19	⑲			背浮き 5秒	水に親しむ
		20	⑳			ビート板キック 6m	
A	ベビー			ビート板キック 5m	水に親しむ		
				17		⑳	ヘルパー付ビート板キック 5m
				18	㉑	プールサイドジャンプ	STEP.1
				19	㉒	水慣れ step3	
20	㉓	アームヘルパー付バタ足 4m	水に親しむ				
21	㉔	アームヘルパー付伏し浮き					
22	㉕	水慣れ step2	水に親しむ				
23	㉖	水中移動					
24	㉗	水慣れ step1	水に親しむ				
25	㉘	台移動					
26	㉙	カニ	水に親しむ				

※進級テストは2カ月に1回、**奇数月の3週目**に実施いたします。4週目はテスト予備週となっています。

※スクールカレンダーにて授業日・テスト日・休館日等をご確認ください。

※Bクラスは20級～7級が対象、Cクラスは11級～ベストスイマー級が対象になります。

【ベストスイマー級 進級基準タイム一覧】

※100分の1秒は切り捨て

級	ワッペン	キャップ色	50m クロール	50m 背泳ぎ	50m 平泳ぎ	50m バタフライ	100m 個人メドレー	
ベストスイマー ゴールド	1	①	黒 ロゴ入り (Re.station)	/	/	/	/	1:25.0
	2	②		36.0	40.0	45.0	40.0	/
	3	③		37.0	41.0	46.0	41.0	/
	4	④		38.0	42.0	47.0	42.0	/
	5	⑤		39.0	43.0	48.0	43.0	/
ベストスイマー シルバー	1	①	白	/	/	/	/	1:40.0
	2	②		42.0	46.0	51.0	46.0	/
	3	③		44.0	48.0	53.0	48.0	/
	4	④		46.0	50.0	55.0	50.0	/
	5	⑤		48.0	52.0	57.0	52.0	/
ベストスイマー ブロンズ	1	①	オレンジ	/	/	/	/	1:55.0
	2	②		51.0	55.0	1:00.0	55.0	/
	3	③		54.0	58.0	1:03.0	58.0	/
	4	④		57.0	1:01.0	1:06.0	1:01.0	/
	5	⑤		1:00.0	1:04.0	1:09.0	1:04.0	/

※ブロンズ・シルバー・ゴールドとも5級～2級の50mは進級テストで4種目の内2種目を選択してタイム測定を行います。2種目クリアで進級となります。(それぞれ1級は100m個人メドレーとなります)

※ワッペンはブロンズ・シルバー・ゴールドとも共通となります。

【クラス一覧】

<A> ベビー(親子)・・・6ヵ月～3歳		
火・木	11:00～11:45	スキンシップや水中運動を通じて、お子様の発育・発達を促進!仲間づくりにも適しています。
 幼児・小学生・・・20級(カニ)～7級		
月～金	16:10～17:10	水に親しみ、楽しみながら泳法の基礎を身につけ、クロール・背泳ぎキックの習得を目指します。2カ月に1回進級テストを行ないます。
<C> 小・中学生・・・11級～ベストスイマー級		
月～金	17:30～18:30	クロールの基礎から、背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ・個人メドレーの習得、ステップアップを目指します。2カ月に1回進級テストを行ないます。
土	16:40～17:40	
<BC> 幼児・小・中学生・・・20級(カニ)～ベストスイマー級		
土	10:30～11:30	上記<C>クラスを合同で行ないます。 (*全級が対象のクラスです)
	14:00～15:00	
	15:20～16:20	
<Z> 幼児水なれ・・・20級(カニ)～14級		
水	15:00～16:00	水に親しみ、楽しみながら泳法の基礎を身につけていきます。2カ月に1回進級テストを行ないます。

※Zクラスは20級～14級が対象となります。

※クラス・曜日を変更する場合は、前月の15日までにフロントへお申し出ください。

その際、クラス変更料として200円が必要となります。