

## ■ 持物 ■

・水着（学校で使っているもので可能）、キャップ、ゴーグル、タオル

※お持ち物には、すべてお名前を記入してください

## ■ 当日の流れ ■

1. レッスン開始時刻20分前から2階キッズフロントにて受付開始

2. 着替えを済ませ、プールサイドへ移動。全員揃ったら体操をして練習スタート  
※保護者様は一度ギャラリーへ移動をお願いします。

3. レッスンはお子様の泳力によって、補助具を変えて実施いたします。  
※水深調節の赤台を入れます。床から水面まで約70～80cmになります。

4. レッスは50分間。今回の目標達成に向けて頑張りましょう。

※レッスン開始20分後～プールサイド見学でご見学いただけます。

※見学開始時刻になりましたらキャストからご案内いたします。

5. レッスン終了後、シャワーを浴びてコーチと一緒にロッカーへ戻ります。

6. レッスンコーチから本日の様子をご説明いたします。



広いプールで楽しみましょう♪