

スイミングスクール タイムスケジュール

スポーツクラブ エルグ・テクノ

火	水	木	金	土	日
	9:10~10:10 大人のための 水泳教室			9:00~10:00 (幼 児) 3才~幼稚園年長	
				10:00~11:00	10:00~11:00
	11:15~12:00 (親子ベビー)		11:15~12:00 (親子ベビー)	(幼児・小学生)	第2日曜日 (幼児・小学生)
12:55~13:55 大人のための 水泳教室	6ヶ月~2才11ヶ月		6ヶ月~2才11ヶ月	※第2土曜日は休講 5才~小学3年生	第2土曜日の振替開講 5才~小学3年生
				11:00~12:00 (小・中学生) ※第2土曜日は休講 小学1年生~中学生	第2日曜日 (小・中学生) 第2土曜日の振替開講 小学1年生~中学生
	14:00~15:00 大人のための 水泳教室 (中・上級)	14:00~15:00 大人のための 水泳教室			
15:30~16:30				14:00~15:00	
(幼 児)	(幼 児)	(幼 児)	(幼 児)	(幼 児)	
3才~幼稚園年長				3才~幼稚園年長	
16:30~17:30				15:00~16:00	
(幼児・小学生)	(幼児・小学生)	(幼児・小学生)	(幼児・小学生)	(幼児・小学生)	
5才~小学3年生				5才~小学3年生	
17:40~18:40				16:10~17:10	
(小・中学生) (選手育成)	(小・中学生) (選手育成)	(小・中学生) (選手育成)	(小・中学生) (選手育成)	(小・中学生)	
小学1年生~中学生				小学1年生~中学生	
				17:40~18:40	
19:00~20:00 大人のための 水泳教室			19:00~20:00 大人のための 水泳教室	(中・高校生) (選手育成) 中学生~高校生	

エルグ・テクノスイミングスクール コース紹介

幼児コース

無理なく学べる20段階の泳力別指導を行います。
幼児期の心身の発達にあった様々な遊びを取入れた練習により、水泳を楽しむことを第一の目標とし、水慣れから背泳ぎ、クロールの基本動作までの練習をします。
また、親から離れグループレッスンをする事により、自主性・協調性を養います。

幼小・小中コース

無理なく学べる20段階の泳力別指導を行います。
水慣れ～個人メドレーまでをお子様の泳力や成長に合わせた指導により、水泳技術進歩はもとより、泳ぐことに楽しさと水泳効果による発育発達の助長を目的とします。
焦らず他のお子様同士を比べず、のびのびと指導を行います。

選手・育成コース

育成:伸びのある正しいフォーム作りと基礎体力の強化を目的とします。
選手:体力・泳力の強化トレーニングにより、競技水泳の高度な泳法技術をマスターし、自己の可能性にチャレンジしていきます。

中学生・高校生コース

中学生・高校生のお子様を対象としたコースです。
競技力向上を目的としたタイムトライアルを毎月実施していきます。