

スイミングスクール週間予定表

2025年4月～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:00				休館日		2025年4月～ 【新設】 9:00～10:00 児童 緑・紺・水・黒	※ 9:00～10:00 児童 緑・紺・水・黒
10:00						2025年4月～ 【新設】 10:00～11:00 児童 赤・黄・白・橙	※ 10:00～11:00 児童 赤・黄・白・橙
11:00						11:00～12:00 幼児 赤・黄・白	※ 11:00～12:00 幼児 赤・黄・白
12:00						12:00～13:00 児童 赤・黄・白・橙 緑・紺・水・黒	
14:30							
15:30	15:30～16:30 幼児 赤・黄・白	15:30～16:30 幼児 赤・黄・白	15:30～16:30 幼児 赤・黄・白		15:30～16:30 幼児 赤・黄・白	※ 15:30～16:30 幼児・児童 赤・黄・白・橙	※ 15:30～16:30 幼児・児童 赤・黄・白・橙
16:30	16:30～17:30 児童 赤・黄・白・橙	16:30～17:30 児童 赤・黄・白・橙	16:30～17:30 児童 赤・黄・白・橙		16:30～17:30 児童 赤・黄・白・橙	※ 16:30～17:30 児童 緑・紺・水・黒	※ 16:30～17:30 児童 緑・紺・水・黒
17:30	17:30～18:30 児童 緑・紺・水・黒	17:30～18:30 児童 緑・紺・水・黒	17:30～18:30 児童 緑・紺・水・黒		17:30～18:30 児童 緑・紺・水・黒		
18:30							

※土曜日15:30、16:30、日曜日の全日程は2025年4月時点では実施の予定はございません。今後の実施を予定しております。
※幼児コースのお子様は橙クラス(12級)以上に進級した場合は、橙クラスを設定している児童コースへ変更となります。

■スイミングスクール内容のご案内

セントラルスポーツスイミングスクールでは、クラス別に帽子の色を分けて練習を実施しております。

幼児/児童

成長期における身体の
発達を水泳で促します。
身体のバランスのよい
成長が期待できます。
全部で30段階のレベ
ル



帽子の色	級	項目	帽子の色	級	項目
赤	25	ジャンプ	橙	10	クロール25m
	24	顔つけ	緑	9	平泳ぎキックができる
	23	もぐる		8	平泳ぎ板キック25m
	22	浮く		7	平泳ぎ25m
	21	イルカ飛び	紺	6	バタフライ板キック25m
	20	ポビング		5	バタフライ15m
	19	けのび		4	バタフライ25m
黄	18	板キック6m	水	3	1種目選択50mの完泳
	17	板なしキック6m		2	個人メドレー100m基準タイム
	16	息なしクロール8m		1	個人メドレー200m基準タイム
白	15	背泳ぎけのび	黒	特1	1種目選択50m基準タイム
	14	背泳ぎキック10m		特2	1種目選択50m基準タイム
	13	背泳ぎ10m		特3	1種目選択50m基準タイム
橙	12	クロール15m		特4	1種目選択50m基準タイム
	11	背泳ぎ25m		特5	1種目選択50m基準タイム

※級の数字を取得する場合の色分けとなります(例:現在19級取得、18級に対し練習しているお子様は黄色)。