

スイミングスクール週間予定表

2026年10月～

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
8:30		休館日				8:30～9:30 児童 赤～黒	8:30～9:30 児童 赤～黒
9:30						9:30～10:30 幼児 赤・黄・白	9:30～10:30 幼児 赤・黄・白
10:30			10:40～11:20 ベビー			10:30～11:30 幼児 赤・黄・白	10:30～11:30 幼児 赤・黄・白
11:30						11:40～12:20 ベビー	11:40～12:20 ベビー
12:30							
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 児童 赤～緑	15:30～16:30 児童 赤～緑
16:30	16:30～17:30 児童 赤～緑		16:30～17:30 児童 赤～緑	16:30～17:30 児童 赤～緑	16:30～17:30 児童 赤～緑	16:30～17:30 児童 紺・水・黒	16:30～17:30 児童 紺・水・黒
17:30	17:30～18:30 児童 紺・水・黒		17:30～18:30 児童 紺・水・黒	17:30～18:30 児童 紺・水・黒	17:30～18:30 児童 紺・水・黒		
18:30					18:30～19:30 幼児 赤・黄・白		
19:30							

☆進級チェックについて☆

- 進級チェックは週1回コースは奇数月、週2回コースは毎月最終練習日に実施いたします。
- ベビーコースは進級チェック制度はございません。
- 進級チェックをお休みされる場合は、当月内もしくは翌月1週目に行います。
- 進級チェックは登録コース以外の曜日での受講も可能となります。

■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。

ベビー

生後6ヶ月から3歳未満の赤ちゃんを対象に、お父さん・お母さんと一緒に練習するクラスです。水を通して、赤ちゃんとのスキンシップをはかります。

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段階のレベル指導を行います。

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	ボビング		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

スイミングスクールのご案内

2024年10月～

■スクール会員 入会諸費用

※1.土日が1回でも入る方

コース名	月会費				カード発行料	登録手数料
	平日/週1回	平日/週2回	土日/週1回	土日/週2回※1		
ベビー [6ヶ月～2歳11ヶ月]	¥12,100	¥18,150	¥13,750	¥20,350	¥1,100	¥1,100
幼児 [3歳～未就学児]	¥12,100	¥18,150	¥13,750	¥20,350		
児童 [小学生・中学生]	¥12,100	¥18,150	¥13,750	¥20,350		
ミックス2種目 [幼児・児童] 水泳・体育・ダンス	———	¥18,150	———	¥20,350		

●会員カード発行料は入会時のみお支払いいただけます。ただし、再発行の際は税込330円いただけます。

●当クラブでは、口座振替による月会費の納入方法を採用しております。翌月分の月会費を前月28日に口座より引き落としさせていただきます。

		水 着				スイムキャップ フリーサイズ		指定バッグ	スイム フィックス	バス 反射ラベル	
ベビー		フリーサイズ／¥3,740				¥2,200		———	¥3,080		
幼児・児童向け		100～140cm			赤～紺(M・L)	水・黒(M・L)	¥1,100	¥1,870	¥3,300	———	¥1,100
	セパレート上		¥3,300								
	ミドルスパッツ(セパレート下)※男女共通		¥3,300								
	セパレート上下セット		¥5,280								
男子児童向け		120～140cm	SS～O	XO～5L	¥1,100	¥1,870	¥3,300	———	¥1,100		
	ロングスパッツ	¥4,400	¥4,730	¥5,500							
女子児童向け	ロングスパッツ (オールインワン)	¥7,150	¥7,480	¥8,800							
アップークラス ※4級合格以上		130～140cm		XS～XL							
	アップー水着(男子)	¥5,720		¥6,050							
	アップー水着(女子)	¥7,920		¥8,360							

スクール指定用品のご購入について

指定用品は、通販サイトからご購入いただきます。
通販サイト内で別途会員登録の上、ご購入ください。
詳細は、通販サイトご利用ガイドをご確認ください。



スクール指定用品のご購入について

指定用品は、通販サイトからご購入いただけます。
通販サイト内で別途会員登録の上、ご購入ください。
詳細は、通販サイトご利用ガイドをご確認ください。



- 当クラブのスクールでは指定のユニフォーム(水着・キャップ)及び、バッグの携帯をお願いしております。予めご了承の上、お買い求めください。
- ベビーコースにご入会で1歳以上のお子様は、スイムフィックス(肩につける浮き輪)をご購入ください。

- スイムキャップは、初回の練習終了後クラス(帽子の色)が確定した後、購入していただきます。その後、進級チェックでクラスが変わる都度、色を変えて購入していただきます。
- 指定のユニフォーム(水着・キャップ等)にはお名前をご記入ください。スイムキャップについては、コーチがお名前を確認できる位置にご記入ください。

■練習日程 アプリ内練習カレンダーをご参照ください。

- 各コースの練習は決められた曜日、時間に行われますのでアプリ内練習カレンダーをご覧のうえ、練習にお越しください。
- 週1回コースは年間45回、週2回コースは年間90回の練習回数となります。月毎に練習回数が異なります。予めご了承ください。

■進級チェックについて

進級チェックは週1回コースは奇数月、
週2回コースは毎月最終練習日に実施いたします。

- ベビーコースは進級チェック制度はございません。
- 進級チェックをお休みされる場合は、当月内もしくは翌月1週目に行います。
- 進級チェックは登録コース以外の曜日での受講も可能となります。

■お申し込みについて …以下のものをご用意ください

※入会諸費用のお支払いは
クレジットカードも可能です。

月会費 2ヶ月分

指定金融機関のキャッシュカード・届出印

※指定金融機関の口座をお持ちでない方はお手数ですがご用意願います。

【指定金融機関】ゆうちょ銀行 および みずほ、三菱UFJ、三井住友、りそな、埼玉りそな、千葉、横浜銀行の各本支店

登録手数料 ¥1,100

カード発行料 ¥1,100

指定用品代【指定着・バッグなど】

セントラルフィットネスクラブ24 月島・佃店

〒104-0051 東京都中央区佃一丁目11-5リバーシティ21ピアウエスト フィットネス棟 TEL.03-6221-3122

※表示価格には消費税が含まれております。