JSS磐田スイミングスクール

9月23日(土)・24日(日)短期教室 進行のご案内

当日の進行につきまして、簡単にご案内します。第１部は９：２０から、第２部は１０：５０から
ご入場いただけます。９：３０／１１：００の開始時刻に間に合う様にお越しください(^_^)v
（駐車場等で事故・怪我が無い様に、慌てずにおいでください）

受付

・フロントでお名前をお聞きします♪（９：２０／１０：５０～）

・カウンターで参加者のお名前をスタッフにお伝えください
・受付が済みましたらスタッフが更衣室へご案内します

お着替え

・更衣室で水着に着替えましょう♫

・靴は靴箱へ入れましょう　ロッカーは空いている場所を自由にお使いください
・水着に着替え、帽子・タオル・ゴーグルを持って体操室へどうぞ（できるだけ水着は着用してお越しください。）
・開始時間まで、体操室でビデオを見ながら座ってお待ちください(^_^)v

準備体操

・体操室でグループに分かれます♫（９：３０／１１：００～）

・泳力別のグループに分かれます　お名前を呼ばれたら元気良くお返事してね
・準備体操は、グループ毎にプールサイドまたは体操室で行います
・保護者の方もご見学頂けますが、体操に支障がない様、お子様と離れてご覧ください

シャワー室へ移動

・シャワーを浴びていよいよプールへ！

・グループ毎に移動します　タオルは丸めてタオル棚に置きます
・シャワーの前にトイレを済ませておきましょう
・温かいシャワーで身体を水に慣らしてからプールへ向かいます(^_^)v

プールでレッスン

・プールで楽しくレッスンしましょう♫（　９：４０／１１：１０頃～）

・プールの周りは走ると危険です！　歩いて行きましょう
・コーチやお友達と元気にレッスンしましょう
・トイレに行きたい時や、具合が悪い時は早めにコーチに伝えてくださいね

レッスン終了

・シャワーを浴びて身体を良く拭きます♫（１０：２５／１１：５５～）

・使った道具を片付けたら、シャワーで身体を洗います
・タオルでしっかり全身を拭きましょう
・コーチからお手紙をもらって更衣室で着替えましょう

おかえり

・更衣室で着替えてお帰りです♪

・しっかり身体を乾かして着替えましょう
・忘れ物が無いかもう一度確かめましょう
・ご意見・ご質問等は遠慮なくスタッフにお問い合わせください

～　保護者の皆様へ　～

◎ ９月１５日（金）１８：３０までにお申込みください。お電話での予約も可能です。
◎ 当日は、ご申告頂いた泳力をもとにして、人数を調整してグループを編成しレッスンを行います。
◎ プールは、水温約３１℃、室温は約３２～３３度、シャワーは温水です。
◎ 水深は約1.1～1.2mですが、泳げないお子様は水深台の上でレッスンを行います。
◎ 当日、入会のご案内を皆様にお渡しします。ご入会の手続は、翌日9:30以降、フロントにて承ります。
◎ 保護者の方はギャラリーにてご観覧ください。

安全で、楽しいスイミングレッスンをぜひご体験ください。

スタッフ一同、笑顔でお待ちしております(^_^)v

2023.09
ＪＳＳ磐田スイミングスクール