

2024年度TAC杉並区上井草スポーツセンター 通年プール教室空き状況 2月27日 現在

◎：10名以上の空きあり ○：5～9名の空きあり △：1～4名の空きあり ×：空きなし

対象	教室名	曜日	時間	空き状況	教室内容
子ども教室	ニコニコひよこアクア	土	10:55～11:50	△	親子で楽しく水遊びを通して水慣れにチャレンジします
	初めてアヒル	火	15:55～16:50	◎	初めてプールに挑戦！水遊びや顔つけ、もぐりから練習を行っていきます。
		水	13:55～14:50	◎	
	幼児水泳①	水	14:55～15:50	◎	初めてプールに入るお子さまからプールが大好きなお子様まで段階的に水泳の基礎練習を行います。
		木		◎	
		金		◎	
		土	12:55～13:50	◎	
	幼児水泳②	水	15:55～16:50	○	(水慣れ～面クロール5m)
		木		◎	
		金		○	
		土	13:55～14:50	◎	
	ジュニアA	水	15:55～16:50	◎	初めてプールに入るお子さまからプールが大好きなお子様まで段階的に水泳の基礎練習を行います。
		木		×	
		金		△	
		土	14:55～15:50	×	
	ジュニアB	水	16:55～17:50	○	クロール25m完泳、背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの習得を目指すお子様を対象として練習いたします。
		木		◎	
		金		◎	
		土	15:55～16:50	◎	
	ジュニアC	水	18:00～18:55	○	100m個人メドレーが2分45秒以内で泳げるお子様を対象にレベルアップ
木		◎			
金		○			
土		17:00～17:55	○		
ジュニア	月	16:55～17:50	△	クロール25m完泳できるお子様から、背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの習得を目指すお子様を対象として練習いたします。 (背泳ぎ25m～100m個人メドレー)	
	火		△		
育成	水	18:00～18:55	◎	100m個人メドレーが2分10秒以内で泳げるお子様を対象に各種目のレベルアップを行います	
	木				
	金				
	土	17:00～17:55			