



おねがい

最近出席カードの入館ミスが多くなっています。ピッと音が鳴るまでバーコードを機械にあてて下さい。また、カードをお家に忘れたら、フロントの先生に必ず声をかけてください。

更衣室をきれいに使いましょう。服などが床に散乱していることがあります。リュックの中に服など全部入れてロッカーの中に入れてください。また、リュックのチャックを閉めましょう。

◎年始の振替について

1月1日(金)～5日(火)の振替は1月と2月で振替がとれるようになっております。また、人数制限により振替が取りにくくなっているクラスもございますのでご了承下さい。なお、振替のご相談はフロント又はお電話で承っております。

日	SUN	月	MON	火	TUE	水	WED	木	THU	金	FRI	土	SAT
2月		1		2		3		4		5		6	
7	定休日	8		9		10		11	休館日 ★建国記念日 振替をお取り下さい	12		13	
14	定休日	15		16	🏠	17		18		19		20	
		各種手続き締切											
21	定休日	22	🏠	23	休館日 ★天皇誕生日 振替をお取り下さい	24	🏠	25	🏠	26	🏠	27	🏠
										会費引落日			
28	定休日	🏠 テスト日											

- 当日での振替はご利用できませんので、前日までにメールにてご連絡下さい。振替は祝祭日を除き、週1コースは2回・週2コースは4回までとなっております。
- 授業を休む時・バスに乗らない時は必ずメールにてご連絡下さい。
- 銀行・郵便局の引き落としは毎月26日となっております。(土・日・祝祭日の場合翌営業日)
- 各種手続きは毎月1日～15日までとなっております。

❗ 会費未納について

残高不足で引き落とし処理ができなかった場合、延滞手数料 550 円が加算されます。
※通帳記入名が「トキワ」になりますのでよろしくお願いたします。
毎年のご入会月には、月会費と年会費(保険料を含む)と一緒に引き落とされますのでご注意ください。



体の発育に良い効果!!

子供の神経の発達3歳～5歳までに80%の成長を遂げます。この時期に水の浮力を使って自由に体を動かして遊ぶことは、脳の空間認知能力を鍛えることに繋がります。動きをコントロールする為に神経系が発達し、スポーツ万能な子が育つだけでなく、算数の図形問題が得意になるなど頭の発達に非常に良い効果があるとされています。



今回はグリーン8級です。グリーン8級の目標は『平泳ぎキック25M(伏キック)』です。けり方と呼吸のタイミングは9級と同じですが、8級では呼吸の時に手をかく動作が加わります。けのびの姿勢で浮き、2回平泳ぎのキックをかけた後、手を横に広げ水をかきながら「パツ!」と息継ぎします。けり終わった後はあわず、伸びる動作が出来ると Good! ...次回はグリーン7級です。

真剣勝負だ!! あめ玉じゃんけん

2月のイベントはみんな大好きあめ玉じゃんけんだよ
レッスン終了後、担当コーチとあめ玉かけてじゃんけんだ!
負けたら1つ、勝ったら...!?
勝ちまくって、たくさんあめ玉GET!!
2月15日(月)～20日(土)

〇〇フロント小話〇〇
2月のイベント

2月といえば! 節分ですね♪
みんなのお家でも豆まきするかな??
歳の数だけ豆を食べて厄除けをして、今年一年元気に過ごそう!
プールでは大人気イベント『あめ玉じゃんけん』をするよ!
楽しみにしていてね!

ときわ・ときわがお伝えします。

速報 スタンプラリー紹介キャンペーン

1年間累計で、お友達を紹介すればするほど商品をもらえる紹介キャンペーンを行っています。ぜひお友達を紹介して、一緒にスイミングに通って下さいね!