

# SGCスポーツプラザ

## 【子供会員】入会案内

※ 入会方法は裏面をご覧ください。 ※料金は全て税込みです

### ★スイミングスクール 6ヶ月～中学生

種別	入会金	月会費	利用時間
スイミングスクール	5,400円	週1回/5,940円	曜日・時間指定
		週2回/7,020円	
ベビー(親子)	5,400円	月4回/5,940円 月8回/7,020円	水曜日11:00(45分) 日曜日11:15(45分) ※ 月4回コースのみ振替できます。
選手育成コース ※コーチ認定		月8回/7,020円 月12回以上/7,560円	月～金 17:30～19:30 土 17:00～19:00 (選手コースの方は16:00～)
送迎バス ※要相談	週1回/月会費+1,080円 週2回/月会費+1,620円		月～金曜日 16:30/17:30 土曜日 10:00/15:00/16:00
指定用品	水着100～150cm(S～LL) 男子 1,728円(1,944円) 女子 3,240円(3,672円)	キャップ 540円	バック 2,052円
			合計 男子4,320円(4,536円) 女子5,832円(6,264円)

※対象年齢外の方の【入会・変更・振替】に関しましては、誕生月の翌月から受付できます。

### ●スイミング時間表 ※オムツ使用不可(ベビースイミングは除く)

曜日	月	火	水	木	金
時間					
11:00～11:45			6ヶ月～3才 ベビー		

曜日	土	日
時間		
9:00～10:00	4～12才 K 6	4～12才 B 7
10:00～11:00	3～12才 L 6	3～12才 C 7
11:00～12:00	5～12才 M 6	5～12才 E 7 ※11:15 ベビー

13:30～14:30	3～6才 (旗川)				
14:30～15:30	3～6才 C 1 あかみ	3～6才 C 2 香童・ 育成館	3～6才 C 3 こぼとみのり 洗心	3～6才 C 4 明星	3～6才 C 5 たちばな
15:30～16:30	4～12才 E 1 おおぐり	4～12才 E 2	4～12才 E 3	4～12才 E 4	4～12才 E 5 ハンビ
16:30～17:30	5～12才 G 1 (おおぐり) みちくさ	5～12才 G 2 (ハンビ)	5～12才 G 3 (ハンビ)	5～12才 G 4	5～12才 G 5 (おおぐり)
17:30～18:30	小中学生 I 1 (おおぐり)	小中学生 I 2	小中学生 I 3	小中学生 I 4	小中学生 I 5

13:00～14:00	2才半～6才 B 6
14:00～15:00	3～12才 C 6
15:00～16:00	4～12才 E 6
16:00～17:00	5～12才 G 6

### ●スイミング練習内容

級	合格基準
無	プールで遊べる
16	顔つけ 5秒
15A	もぐる 5秒
15	板けのび 5秒
14A	けのび 5秒
14	板キック 10M
13	面かぶりキック 7M
12	息なしクロール 7M
11	クロール(初歩) 15M
10	クロール 25M
9	背泳ぎ(初歩) 25M
8	背泳ぎ 25M
7	平泳ぎ(初歩) 25M
6	平泳ぎ 25M
5	バタフライ(初歩) 25M
4	バタフライ 25M

2018.9～

級	内容	学年	合格タイム
3	個人 メドレー 100M	中学生以上	1分55秒以内
		6年生	2分00秒以内
		5年生	2分05秒以内
		4年生	2分10秒以内
		3年生	2分15秒以内
2	個人 メドレー 100M	2年生	2分20秒以内
		1年生以下	2分25秒以内
		中学生以上	1分45秒以内
		6年生	1分50秒以内
		5年生	1分55秒以内
1	各種目1種目25M制限タイムクリア		
特1	各種目1種目25M制限タイムクリア		
特2	各種目1種目50M制限タイムクリア		
特3	100M個人メドレー制限タイムクリア		
特4	全ての級の合格者		

### ★キッズHIPHOP 4才～小学3年生

種別	入会金	月会費	利用時間
キッズHIPHOP	5,400円	5,940円	HIPHOP 週1回 月曜日/16:00～ 火曜日/17:00～ 土曜日/17:00～
		7,020円	HIPHOP 週2回
スイミング & HIPHOP	5,400円	8,100円	スイミング週1回/5,940円 HIPHOP週1回/2,160円
		9,180円	スイミング週1回/5,940円 HIPHOP週2回/3,240円
		9,180円	スイミング週2回/7,020円 HIPHOP週1回/2,160円
		10,260円	スイミング週2回/7,020円 HIPHOP週2回/3,240円

### ★こども空手教室 4才～小学3年生

種別	入会金	月会費	利用時間
空手教室	5,400円	週1回/5,400円 ※他レッスンとの併用/1,080円割引	月曜日/17:10～(60分)
指定用品(男子・女子)	上衣・ズボン・白帯 (3点セット)	100～120cm 6,156円	120～130cm 6,696円
			130～140cm 6,696円

### ●スタジオレッスン時間表

	月	火	水	木	金	土
16:00～17:00 HIPHOP						14:15～15:15 体操教室
17:10～18:10 空手教室						15:50～16:50 体操教室 <small>3才～ 小学生未満</small>
17:00～18:00 HIPHOP						17:00～18:00 HIPHOP
17:00～18:00 体操教室						17:00～18:00 体操教室
17:00～18:00 体操教室						17:00～18:00 体操教室

# ★こども体操教室 4才～小学3年生

種別	入会金	月会費	利用時間
体操教室	5,400円	5,940円	体操教室 週1回 水曜日/17:00～ 木曜日/17:00～ 金曜日/17:00～ 土曜日/14:15～ 土曜日/15:50～ (3才～小学生未満)
		7,020円	体操教室 週2回
スイミング & 体操教室	5,400円	8,100円	スイミング週1回/5,940円 体操教室週1回/2,160円
		9,180円	スイミング週1回/5,940円 体操教室週2回/3,240円
		9,180円	スイミング週2回/7,020円 体操教室週1回/2,160円
		10,260円	スイミング週2回/7,020円 体操教室週2回/3,240円
指定用品	男子 女子	Tシャツ 100～150cm 2,214円 短パン 100～150cm 2,214円	合計 4,428円

### ●体操教室合格基準 (各種目ごとに合格基準があります)

級	マット	跳び箱	鉄棒	
幼児級	20	クマさん歩き	跳び箱に乗る	ぶら下がり
	19	鉛筆コロコロ	跳び箱から降りる	豚の丸焼き
	18	ゆりかご	両足ジャンプ	つばめ
	17	うさぎとび	スキップ	フンほし
	16	でんぐり返り	両足ふみきり	足抜きまわり
	15	前転	ロイター板幅とび	つばめ～前回り降り
学童級	14	後転	とび上がり・下がり	連続前回り
	13	開脚後転	踏み切り開脚	スイング
	12	開脚前転	開脚両腕支持	逆上がり
	11	伸膝後転	開脚とび(横4段)	両足逆上がり～つばめ
	10	三点倒立	開脚とび(横6段)	連続逆上がり
	9	倒立前転	開脚とび(縦4段)	空中逆上がり
	8	側方倒立回転	開脚とび(縦6段)	伸膝空中逆上がり
	7	伸膝前転	閉脚とび(横4段)	足掛け上がり
	6	とび込み前転	閉脚とび(横6段)	足掛け後方回転
	5	後転倒立	台上前転(縦4段)	足掛け前方回転
	4	ロンダート	台上前転(縦6段)	空中前回り
3	跳ねとび起き	腕立て横とび(横5段)	伸膝空中前回り	
2	ヘッドスプリング	ヘッドスプリング(横5段)	ともえ	
1	ハンドスプリング	ハンドスプリング(横5段)	けあがり	

### 【スイミング】

- ★ 1月・4月・8月は3週制となります。【週1回コース→3回 週2回コース→6回】
- ★ 偶数月の最後の週に進級テストをおこないます。
- ★ 奇数月の最後の週にクロール25Mタイムトライアルを行います。【9級以上】
- ★ 振替レッスンは休んだ回数にかかわらず【週1回コース→2回 週2回コース→4回】まで受講できます。(休んだ月と翌月まで受講可能)

### 【体操教室・キッズHIPHOP】

- ★ 体操教室・キッズHIPHOPは各クラス定員20名です。
- ★ 1月・4月・8月は3週制となります。【週1回コース→3回 週2回コース→6回】
- ★ レッスン開始10分前より更衣室に入る事ができます。(スタジオ前にて出席受付)
- ★ 進級テストは行なわず、練習の中で判定いたします。(体操教室)
- ★ 振替レッスンは休んだ回数にかかわらず【週1回コース→2回 週2回コース→4回】まで受講できます。(休んだ月と翌月まで受講可能)

### 【こども空手教室】

- ★ こども空手教室は定員25名です。
- ★ 月4週制です。第5週目はお休みです。(1月・4月・8月は3週制となります。)
- ★ レッスン開始10分前よりスタジオ・更衣室に入る事ができます。
- ★ 振替レッスンはできません。