



夏休み短期



かけっこ & 水泳教室

青山トライアスロン倶楽部の
経験豊富なコーチ陣が丁寧に教えます！

会場・日程

2018年 8月6日(月)～8(水)

港南小学校

8月9日(木)～11(土)

白金の丘学園

8月28日(火)～30(木)

御成門小学校

時間

9:00～9:45

かけっこ

10:00～10:50

水泳①

11:00～10:50

水泳②

目的

- ・ 短期間で水泳およびランニングの技能向上をめざす。
- ・ 様々なトレーニングを通してこの時期に大切なコントロール能力を高める。
- ・ バランスとアンバランスを組み合わせることで身体感覚と運動感覚を養う。
- ・ 規則正しい生活を送ることで、充実した春休みにする
- ・ 学校のプールで行う事で、はじめて習い事をする子には練習環境や集団行動に慣れやすくする。
- ・ 自信をつけさせる。

内容

かけっこ、水泳片方参加でも可

かけっこは全員一緒に、水泳は泳力別に分けて行う

※初回レッスン時に泳力を見て判断します

水泳は下記目標別に4クラス

Aクラス:水慣れ～キック Bクラス:背泳ぎ、クロール(25m)

Cクラス:4種目(25m) Dクラス:クロールスピードアップ

対象

年長～6年生

参加費

8,100円

定員

かけっこは定員なし。水泳①②それぞれ30名

申込方法

下記メールアドレスまで、所定の事項を記入の上、お申込みください。

①教室名(夏休み短期教室 港南小 or 白金の丘学園 or 御成門小)、参加希望教室 かけっこ&水泳① or 水泳② or かけっこ

水泳希望クラス A:水慣れ～キック or B:背泳ぎ、クロール(25m) or C:4種目(25m)、D:クロールスピードアップ ②郵便番号、住所 ③氏名(フリガナ) ④年齢⑤性別 ⑥在籍学校、学年⑦保護者名 ⑧連絡先の電話番号 メールアドレス info@triathlonclub.jp

*参加者レベルや人数によりクラス分け、内容を変更する場合がございます。