



本山スイミングスクール エンジョイクラブ予定表

2026年 8月組 カレンダー

時間：17：15～18：30 / 実施：月～木

月	火	水	木	金	土	日
		7月29日	7月30日	7月31日	8月1日	8月2日
		キック練習 キックの安定は泳ぎの安定	スタート・ターン スタートとターンでタイムUP			
8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日
4泳法 4泳法をバランスよく練習	スカーリング+フル フルフイを使用して水を捕まえる感覚を養おう	平泳ぎフォーム練習 平泳ぎの基礎を練習	スピードスイム スピードの出し方を学ぼう			
8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日
休館日 8/10～8/16						
8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日
キック練習 キックの安定は泳ぎの安定	スタート・ターン スタートとターンでタイムUP	クロールフォーム練習 クロールの基礎を練習	クロールフォーム練習 クロールの基礎を練習			
8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日
スカーリング+フル フルフイを使用して水を捕まえる感覚を養おう	スピードスイム スピードの出し方を学ぼう	タイムトライアル 今月のタイム測定	4泳法 4泳法をバランスよく練習			
8月31日	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日
スピードスイム スピードの出し方を学ぼう	タイムトライアル 今月のタイム測定					

【注意事項】

- ◆対象：レベル30以上の幼児・小学生 および中学生
 - ◆予約はいりません
 - ◆振替制度はありません
 - ◆水着は自由です。泳ぎやすい水着をお願いします。(指定水着でもOK)
 - ◆タイムトライアルで制限タイムを突破すると、盾、トロフィーをGET
 - ◆予定表の種目を中心に練習をおこないます
- 例) キック練習 キックを中心に練習をしますが、キックではありません。
- ◆自分の予定にあわせて継続して水泳を楽しみましょう