

2025年埼玉YMCA 所沢センター

春休みプログラムガイド 水泳／体操

春休みもたくさん体を動かして
元気いっぱいにご過ごしましょう！
みんなの参加をお待ちしています

クラスを選択する際は対象の学年・ワッペンをご確認ください



【日程/6日間】 3月27日(木)～3月29日(土)、3月31日(月)～4月2日(水)

※3月30日(日)はお休みになります

水泳 Swimming

参加費：10,080円 ※一般の方は臨時登録費として+2,200円いただきます

クラス名	時間	対象	YMCAワッペン	クラス内容
①-1 スイム!	9:30～10:30	新小1以上	フグ以上	レベル(ワッペン)に合わせ、クロール～バタフライの練習
①-2 なかよし	10:30～11:30	新年少以上	カニ～ タツノオトシゴ	はじめてプールに入るお友だち～呼吸クロールや背泳ぎの練習
①-3 なかよし	15:00～16:00	新年少以上	カニ～ タツノオトシゴ	はじめてプールに入るお友だち～呼吸クロールや背泳ぎの練習
①-4 げんき	16:00～17:00	新年中以上	クラゲ～フグ	けのび・バタ足ができるお友だち～クロールや背泳ぎの練習
①-5 スイム!	17:00～18:00	新小1以上	フグ以上	レベル(ワッペン)に合わせ、クロール～バタフライの練習

体操+水泳 Combination

参加費：16,680円 ※一般の方は臨時登録費として+2,200円いただきます

クラス名	時間	対象	YMCAワッペン
②-1 コンビネーション	体操 15:00～16:30 水泳 17:00～18:00	新小1～新小6	体操 ヒヨコ以上 水泳 フグ以上

※『コンビネーション』クラスを申込みの方は①-5 スイム! クラスに入ります

体操 Gymnastics

参加費：10,080円 ※一般の方は臨時登録費として+2,200円いただきます

クラス名	時間	対象	クラス内容
③-1 アクロバティックミニ	16:30～17:30	新年長以上	マット・鉄棒の技を中心に練習を行います。基本の技から練習し、個々の能力に合わせて難易度の高い技も練習します。 基礎運動(走る・跳ぶ・投げる等)や体幹も取り入れて行います

※上記、体操クラスはワッペンテストを行いません

↓裏へ続く

水泳 Swimming

【日程】 3月24日(月)～25日(火)

参加費：3,000円 ※一般の方は臨時登録費として+1,100円いただきます

クラス名	時間	対象	YMCAワッペン	クラス内容
④-1 プールで遊ぼう！	10:30～11:30	満3歳～5歳児	カニ・タコ	プールに来てお友だちやリーダーと遊びましょう

※2025年3月時点で3歳になっているお子様から申込みができます
※2018年4月2日～2022年3月生まれのお子様がお申込みいただけます

【日程】 3月24日(月)～26日(水)

参加費：5,040円 ※一般の方は臨時登録費として+1,100円いただきます

クラス名	時間	対象	YMCAワッペン	クラス内容
⑤-1 はじめてプール	9:30～10:30	新年少以上	カニ・タコ	顔付け、もぐりからけのびの練習を行います
⑤-2 クラゲ強化	16:30～17:30	—	クラゲ	ワッペンクラゲの項目の中で苦手そうなところを練習します
⑤-3 タツノオトシゴ・フグ強化	17:30～18:30	—	タツノオトシゴ・フグ	ワッペンタツノオトシゴ・フグの項目の中で苦手そうなところを練習します

※上記、水泳クラスはワッペンテストを行いません

【日程】 3月24日(月)・25日(火)・26日(水)

参加費：1日2,500円 ※一般の方は臨時登録費として+1,100円いただきます

クラス名	時間	YMCAワッペン	クラス内容
⑥-1 プライベート レッスン	16:30～17:30 17:30～18:30	クラゲ以上	個々に合わせてレッスンを 行います

※日程、時間帯をお選びいただき、1対1もしくは2対1でレッスンを行います

(2対1の場合はご兄弟、お友だちをお誘いあわせの上お申込みください)

※指導者の指名は出来ませんのでご了承ください

※2対1のレッスンをお申し込みの際は代表者の方どちらか1名がお申し込みください

※お二人でご参加の場合は参加費をお一人ずつお支払いいただきます (お一人 200円割引)

