

こども水泳教室

ご参加にあたってのお願い

水泳教室へご参加いただきありがとうございます。
教室を安全でスムーズに行うため、以下の内容をご確認いただき、ご協力をお願いいたします。

持ち物

持ち物には、すべて記名をお願いいたします。



水着



スイムキャップ



ゴーグル



靴袋



濡れた物を入れるビニール袋



ロッカー代
20円

(使用後10円返却)

- ※靴は靴袋に入れてロッカーで保管しますので、必ず靴袋をご持参ください。
- ※濡れた水着やタオルを持ち帰るため、ビニール袋をご用意ください。

更衣室の利用について



更衣室内は大変滑りやすくなっております。

練習終了後は、更衣室入口でバスタオル(ラップタオル)を体に巻き、水着を脱いでから更衣室へ入り、お着替えをしていただきます。

体に巻きやすいラップタオル(巻きタオル)のご使用をおすすめします。



水着について

練習中にトイレへ行く場合がありますので、脱ぎ着しやすい水着をご用意ください。

ラッシュガードを着用される場合は、上下が分かれたセパレートタイプがおすすめです。



服装について

着替え時間は**10～15分程度**です。

お子さまがご自身で着替えやすい服装・靴でお越しください。



髪の毛の長いお子さまへ

- ✓ 髪はスイムキャップをかぶりやすいように、一つ結びやお団子などで**すっきりまとめて**お越しください。
- ✓ 練習後は髪が濡れますので、タオルキャップがあると便利です。



ご家庭で練習をお願いします

水着の着脱



スイムキャップのかぶり方
(髪の毛の入れ方)



ゴーグルのつけ方



タオルで体や髪を拭くこと



着替えを自分で行うこと



ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

皆さまのご参加をスタッフ一同、心よりお待ちしております！

