

# スポーツクラブZip平岸 Zippyスクール紹介

## 【スイミングスクール】

※Zippyフリータイムは10:00～13:00に延長になりました

※開始時間について、12月～3月は一部のスクールで変更となります

スクール名	時間	内容	対象年齢	対象級	開講曜日・時間	進級テスト
ベビースイム	40分	保護者様とお子様が一っしょに楽しみながら水に慣れるように練習をしていきます。	6か月～3歳		火・金 土 11:30～12:10 10:30～11:10	ありません
キンダースイム	60分	水泳の基本となる水なれ～背面キック25mまで、未就学(3歳～6歳)のお子様の体力レベルを目安に練習します。	3歳～6歳	Z0～C7	水 14:30～15:30	2ヶ月(偶数月)に1回行ないます。
キンダージュニアスイムA	60分	水泳の基本となる水なれ～個人メドレーまで、3歳～8歳の体力レベルを目安に練習します。	3歳～小学生	Z0～A2	火～金 土 15:30～16:30 13:30～14:30	
キンダージュニアスイムB	60分	水泳の基本となる水なれ～個人メドレーまで、6歳～10歳の体力レベルを目安に練習します。	3歳～小学生	D7～A2	火～金 土 16:30～17:30 14:30～15:30	
キンダージュニアスイムC	60分	水泳の基本となる水なれ～個人メドレーまで、9歳～15歳の体力レベルを目安に練習します。	3歳～小学生	D7～A1	火～金 土 17:30～18:30 15:30～16:30	
スーパージッピー(育成)	60分	4泳法を主体にキック強化を行い段階的にストローク技術の習得をはかります。Zip水泳大会・未公認外部水泳大会へ参加します。	小・中学生	A6以上	火～金 土 17:30～18:30 15:30～16:30	
スーパージッピー(選手)	90分	全国大会出場を目標に年齢に応じた泳法技術習得・スピードアップの為に練習を行ないます。公認・公式外部水泳大会に参加します。	学年に応じた基準タイムあり		火～金 土 18:30～20:00 16:30～18:00	

※各スクールの練習開始から5分間は、準備体操を行います。(ベビースイム・スーパージッピー育成・選手を除く)

## 【体育・カラテスクール】

スクール名	時間	内容	対象年齢	開講曜日・時間	備考
キッズ体育	60分	マット・跳び箱・平均台・鉄棒などの体操器具やボールなどを使用して楽しみながら運動能力・技術を習得します。	年中・年長	水～金 15:30～16:30	年に4回 レベルテストを行ないます。
ジュニア体育A	60分	成長に合わせて運動レベルを上げ、体力の構築や仲間との協調性を育みます。	小1～2, 小1～小3	水～金 16:30～17:30	
ジュニア体育B	60分	※年に3回の「レベルテスト」と春・秋に行われる「体カテスト」を行います。	小3～小5	水・金 17:30～18:30	
ジュニアボール	60分	ミニバスケ・ミニサッカー・ハンドボール・ドッジボールの4種目で、基礎的なボールの扱い方や種目のルールを学べます。そして、チームプレーをゲームの中で実践します。	小3～小6	土 12:30～13:30	年に2回 レベルテストを行ないます。
カラテ基礎	60分	丸興志館の講師が指導します。突き、蹴り、受けなどの基本練習から実践的な組み手まで行います。体力、技術だけではなく挨拶、礼儀、精神面からの強さを身につけます。	小学生	火 16:30～17:30	昇級審査があります。 時期は別途お知らせいたします。
カラテ			小2～中学生	火 17:30～18:30	

## 【スタジオスクール】

スクール名	時間	内容	対象年齢	開講曜日・時間	備考	
親子リズム	40分	キーボードによる音楽とリズムで音感や反応を高めるレッスンです。親子でのリズム体操、ボール運動などで、幼児期に合ったカリキュラムをおこないます。	2～3歳	木 11:30～12:10	毎年発表会(Zip On Stage)が ございます。 ※種目により、外部のイベントや コンテスト等にも参加します。	
キッズリトミック	60分	電子ピアノから奏でられる音から、スティックや小道具を使って音感や表現力を養い、豊かな個性を引き出します。就学前の幼児に人気のスクールです。	年少～年長	火 15:30～16:30		
キッズダンスA	45分	パレエやダンスの基礎を学びながらアニメの曲や最新ヒット曲などで、いろいろなダンスを楽しく踊ります。	4歳～年長	金 15:00～15:45		
キッズダンスB	45分		4歳～年長	金 15:45～16:30		
ジュニアダンスA	60分		※A/Bのクラス分けは、担当インストラクターにお任せいただきます。	小1～小3		金 16:30～17:30
ジュニアダンスB	60分		小3～小6	金 17:30～18:30		
ヒップホップ基礎	60分	HIPHOPの音楽に合わせて、アメリカ生まれのストリートダンスを行います。技術・リズム感を養い、リズムにのって踊る楽しさを実感出来ます。	小・中学生	火 16:30～17:30		
ヒップホップ	60分		小・中学生	火 17:30～18:30		
クラシックパレエ	75分	バーを使った基礎練習を中心にレッスンを行います。体型を整え、豊かな表現力を養い、優雅な動きを身につけます。	小学生	木 17:30～18:45		
キッズチアダンス	60分	ヒップホップ・ファンク・ラインダンスなどで構成され、はつらつとした動きと元気で笑顔になれるレッスンです。 ※初級/中級のクラス分けは、担当インストラクターにお任せいただきます。	年中・年長	水 15:30～16:30		
チアダンス初級	60分		小学生	水 16:30～17:30		
チアダンス中級	60分		小学生	水 17:30～18:30		
ガールズヒップホップ	60分		ヒップホップを中心としたストリートダンスですが、女性らしさを含んだ大人びた動きをメインとしています。中学校のダンス必修化に向けたクラスにピッタリです。	小5～高校生(女性)		木 18:00～19:00