

## ① 来館

- ◆初日は教室開始時刻の**15分前**までにフロントまでお越し下さい。  
準備運動がありますので時間に遅れないようお願い致します。遅刻厳禁！

## ② 練習カード受取り 初日のみ

- ◆2Fフロントカウンターで短期教室受講証を提示していただき練習カードをお受取り下さい。  
**2日目以降はプールサイドにて担当コーチからお受取り下さい。**

氏名	フ	タ	カ	ナ	ハ	ヒ	フ	シ	ト	上	姓	名	No.	
<b>練習カード</b>														
時間	1	2	3	4	5									
日遊														
願付け														
呼吸														

## ③ 更衣室で着替えましょう

- ◆荷物はロッカーに入れ、必ずカギを掛けましょう。
- ◆更衣室中程にプールに下りる階段があります。

## ④ プールサイドについたら

- ◆プールサイドにコーチが待機していますので練習カードをコーチに渡します。  
準備体操が始まります！教室が始まりましたら楽しく泳ぎましょう！
- 2日目からは担当コーチが練習カードを持っていますので  
**来館されましたら直接更衣室で着替え、準備体操開始の5分前にプールサイドへお越し下さい。**

## ⑤ 練習が終わったら

- ◆コーチから練習カードを受け取り、お帰りの際にフロントカウンターに設置してあります、**練習カード返却箱に練習カードを返却してからお帰り下さい。**(ご自宅に持ち帰らないで下さい)

## ⑥ プールに持ってくる物

- ◆短期教室受講証
- ◆水着・バスタオルなど  
※初日はプールサイドにてコーチより水泳帽子をお貸し致します。  
※すでに指定の帽子をお持ちの方は、初日から使用できますので必ず持参して下さい。
- ◆1日目教室終了後に2Fフロントにてクラス別の水泳帽子をご購入下さい。  
帽子 660円(税込)  
リボン 50円(税込) ※小銭をご用意下さい。

## ⑦ 諸注意

- ◆プールサイドではコーチの指示に従って下さい。
- ◆飲食は練習開始30分前までに済ませて下さい。
- ◆シャワー室では、シャンプー・石鹸等を使用しますと大変滑りやすくなりますので危険防止の為禁止しております。
- ◆保護者の方は2階観覧席、プールサイドにて見学して下さい。
- ◆お子様の送迎等、保護者付き添いが必要です。
- ◆練習終了後は必ずプールサイドでお子様をお出迎え下さい。
- ◆納入後の受講料は、練習当日以降のキャンセルの場合一切返金できません。練習前日までのキャンセルによる返金は受講料の半額とさせていただきます。(電話・FAXでは受付できません)
- ◆初級クラスではゴーグルの着用はできません。
- ◆耳栓の使用はできません。

### ★受講後に新規ご入会をご希望のお客様

短期教室から、2ヶ月以内にTSC教室会員にご入会の方は入会金を無料で致します。  
尚、短期教室の修了段階から引き続き練習できます。

## 短期水泳教室ご案内



# 東京スイミングセンター

〒170-0003 豊島区駒込5-4-21

TEL 03-3915-1012

<https://www.tokyo-sc.com>

※短期教室受講者は体験教室を受講できません。

※シャトルバスは定員になり次第発車致しますので、ご乗車いただけない場合がございます。時間に余裕を持ってお越し下さい。