

無料体験教室ご参加の方へ

1. 水着と帽子のご用意をお願いします。

(水着はなるべく身体にフィットしたもの。但し、女子のビキニタイプはご遠慮ください。)

※水泳帽子は当クラブでも販売(550円)しております。

2. ゴーグルは使用できません。

水難事故の際、周囲を見ることは命を守るため大切です。

その重要性から、**タコクラス(当クラブ基準)**まではゴーグルの使用を禁止しています。

3. 利用者相互のプライバシー保護・防犯上の理由から、カメラ・スマートフォン等を利用した**撮影は禁止**とさせていただきます。

4. 欠席をされた場合、他の日程への**振り替え**はお受けできません。

5. 練習中の怪我につきましては、応急処置のみ致します。

6. 自然災害等でやむを得ず休講となった場合、**振り替え**練習は致しません。

7. **観覧**はレッスン開始時間から終了時間までとなります。

開始時間になりましたら、スタッフよりご案内を致しますので、受付窓口前に並んでお待ちください。

※レッスン開始時間になりましたらスタッフよりご案内を致しますので、受付前に並んでお待ちください。

<当日の流れ>

- ① **レッスン開始5分前**になりましたら、コーチが更衣室へ呼びかけにいきますので、それまでに**水着と水泳帽の着用**をお願いします。
- ② シャワーを浴びて、プールサイドに出ます。場所はコーチが誘導します。
※タオルは更衣室へ置いてください。
- ③ 全員で準備体操をし、レッスン開始となります。