

## コパンスポーツクラブ鶴沼 プログラムスケジュール (2025年8月)

更新:2025/01/28(火)14:33

[illegible]

|       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 22:00 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

コパンプログラム

コパンスポーツクラブ鶴沼

|                                                                                           |                                                                               |                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| ベビースイミング<br>ママやパパと赤ちゃんと一緒にプールへ入り、水遊びを楽しみます。水中でのスキンシップを楽しむことで、赤ちゃんの感覚を刺激し、脳の発達や心身の発育を促します。 | 子どもスイミング<br>初めてプールに入るお子様から四泳法を習得するまで、泳ぎの正しいフォームを身につけつつ、「褒める指導」でスムーズな上達を実現します。 | チアダンス<br>ココロを育み、笑顔と元気を届けます。チアダンスは”人を応援すること”を目的として誕生したダンスで、「笑顔」を通じ相手に元気や勇気を与えます。 |
| 選手・選手育成<br>通常のクラスよりも泳ぎ込んで、技術や体力の向上を目指します。飛び込みやターンの練習など、個々に合ったハイレベルな指導をします。                |                                                                               |                                                                                 |

| プール       |          |                                                                                             |
|-----------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| プログラム名    | 区分       | 説明文                                                                                         |
| チアダンススクール | チアダンス    | リズムに合わせて元気にダンス！皆と一緒に身体を動かすことで、柔軟性や運動神経に加え、協調性や舞台度胸も高まります。プロスポーツの試合中のパフォーマンスなど、発表の場も充実しています。 |
| ベビースイミング  | ベビースイミング | ママやパパと赤ちゃんと一緒にプールへ入り、水遊びを楽しみます。水中でのスキンシップを楽しむことで、赤ちゃんの感覚を刺激し、脳の発達や心身の発育を促します。               |
| スイミングスクール | 子どもスイミング |                                                                                             |
| 選手育成      | 選手・選手育成  | 通常のクラスよりも泳ぎ込んで、技術や体力の向上を目指します。飛び込みやターンの練習など、個々に合ったハイレベルな指導をします。                             |