

ルネッサオリジナル 進級システム

キャップ色	級	内容	
白	たまご	泣かずに練習ができる	
	めだか	水中歩行ができる	
	わに	ワニさん	
	かえる	水中ジャンプ	
	かに	顔付け	
	あひる	鼻プル	
	らっこ	深くまで潜れる	
	ペンギン	リングとり	
	かつば	ポビング	
	いるか	けのび 5m	
	くじら	背面けのび 3m	
	24	板キック 5m	
	23	板キック(呼吸付) 12.5m	
	22	キック 7m	
	21	面かぶりクロール 8m	
	20	板キック 25m	
	黄	19	クロール 12.5m
		18	クロール 25m
		17	クロールのレベルアップ
16		背泳ぎキック(体側) 12.5m	
15		背泳ぎキック(グライド) 12.5m	
14		背泳ぎ 25m	
13		背泳ぎのレベルアップ	
12		平泳ぎ板キック 25m	
11		平泳ぎ板なしキック 12.5m	
10		平泳ぎ 25m	
9		平泳ぎのレベルアップ	
8		バタフライ板キック 25m	
7		バタフライ 25m	
6		バタフライのレベルアップ	
赤	5	50m自由形	
	4	50m背泳ぎ	
	3	50m平泳ぎ	
	2	50mバタフライ	
	1	100m個人メドレー	
青	ブルー	タイムトライアル(各種目☆ワッペン3つ集める)	
Renaiss	スペシャル	タイムトライアル(日本水泳連盟資格級5級に挑戦)	



毎月がチャレンジ!

毎月最終週に
進級テストを実施。
小さな成功と失敗の
繰り返し、
がんばるころを育てます。

やる気を引き出す

水慣れ度や泳力に応じた、
35段階のきめ細かい
進級システムで、
確実にステップアップ。
上達の喜びや、
やる気を引き出します。

基礎をしっかり

「呼吸法」「キック」となど、
水泳の基礎を
繰り返し、しっかり指導。
その後の泳法の
スムーズな上達を目指します。

ルネッサ
キッズスイミング
クラブ