

キッズスイミングスクール スクールガイドブック



目 次

p.1 運営システム

p.5 レベル認定テスト

p.4 来館の流れ

p.6 レベル認定基準表

大阪市立 大阪プール
(25mプール)

TEL : 080-9456-4136

■平日・土・日祝／9:00～21:00 ■窓口受付時間／9:00～20:00
■休館日／毎週月曜日・年末年始 ※月曜日が祝日の場合は営業(9:00～19:00)。※施設点検等で臨時休館することがあります。

【2026年3月発行】



基本システム

1クール2ヶ月制でレッスンを行います。
休館日、休講日以外は、祝日でもカレンダーどおりレッスンを行います。

各種届出

クラス変更…クール単位で登録クラスを変更することができます。
変更希望の前クール最終日までに受付までお手続きください。
退会…現クール最終月（奇数月）の15日までに保護者の方が必ず受付までお手続きください。
※15日が休館日の場合は、翌開館日まで

欠席・振替（フリー出席コースは除く）

- ・レッスンをお休みされる場合、他の曜日に振替レッスンを受けることが可能です。
- ・WEB振替システムにてお休み申請をしてから振替をお取りください。
- ・振替予約は、希望日の前日23時59分までにご予約ください。（完全予約定員制）
- ・振替期限…欠席月の翌々月組まで（期限を過ぎますと振替受講できません。）
- ・振替回数…月2回まで
- ・お休み申請をしていない場合や振替期限内に消化できない場合は、受講権利が消滅します。
- ・お休み申請は、レッスン開始時間までにWEB振替システムより行ってください。
- ・お休み申請をキャンセルされる際、ご自身のクラスが定員になっている場合はキャンセルをお受けできません。
安全にレッスンを受けていただくために、定員制となっております。
- ・振替枠のキャンセル待ちはお受けできません。
- ・レッスン日の欠席をレベル認定週へ振替えることができますが、待ち時間が多くなり練習時間が少なくなります。また、レベル認定は行いません。レッスン内容をご理解の上、ご参加ください。

インターネットサービスについて

気象警報の発令などに伴うキッズスクールの休講のご案内等、メール配信にてお知らせいたします。
ご希望される方は下記QRコードを読み取っていただき、メールアドレスのご登録をお願いいたします。
なお、メールアドレスをご登録されない場合は、当社ホームページにて休講案内をご確認ください。

<https://member.cospa-wellness.co.jp/cospawellnessWebUser/>



- ※一部の端末・携帯電話やブラウザからメールアドレスの新規登録・変更ができない場合がございます。何卒ご了承ください。
- ※迷惑メール対策の設定をされていると、メールが届かない場合があります。
- ※迷惑メール対策をされている方は、以下ドメインからのメールが受信できるよう、設定の変更をお願いいたします。

ドメイン：@cospa-wellness.co.jp

初期登録

会員番号、メールアドレス、パスワードなど必須項目を登録をしてください。

ログイン

会員番号及びパスワードを入力し、ログインをしてください。

- スイミング振替
- 進級履歴照会
- パスワード変更
- 会員情報修正
- メール受信設定



レベル認定テスト

1クール2ヶ月に1回、奇数月3週目に行います。
合格した方には、レベルワッペンをお渡しします。

◆レベル認定日の欠席について

- ・レベル認定日をお休みされる場合は、レベル認定週内で振替をお取りいただくか奇数月4週目のフォロー認定日の登録クラスで行います。
- ・振替元をレベル認定日に設定し、振替予約ください。
- ・振替元がレッスン日の場合、レベル認定は行いません。
- ・フォロー認定週は、登録クラスでのみレベル認定を行います。
- ・フォロー認定週に、振替元がレベル認定日やフォロー認定日の振替を取られてもレベル認定は行いません。

◆メダル授与について

- ・めだか、きんぎょ、ラッコ、とびうお、ドルフィン、グッドスイマー、ベストスイマーの各項目を修了するとメダルを授与いたします。

休講基準

- ・休講のご案内は、「メール配信」「ホームページ」にてご案内します。
- ・「大阪市」に暴風警報、暴風雪警報または【特別警報】が発令された場合は以下の通り休講となります。
 - ◇午前7時時点で警報が出ている場合…全館臨時休館となり、スクール休講
 - ◇その後警報が解除された場合…施設の安全確保等確認したうえで、営業再開・スクールを開講する場合があります。
- 急な警報発令の場合は、既に実施中のクラスはそのまま続行します。
その後のクラスについては、安全面および来館状況から総合的に判断します。
- ・一時的集中豪雨（ゲリラ豪雨）が発生し、スクール通学に危険を感じる場合は、決して無理なさらずお子さまの安全を第一に考え、スクールをご欠席ください。
その場合、振替制度があるクラスは、特別振替可能とします。 ※振替期限：翌々月組末まで

感染症（ノロウイルス、インフルエンザなど）によるスクール出席について

◆お子さまがノロウイルス、インフルエンザにかかった場合

- ・完治後、医師から学校への登校を許可されるまで、スクールはお休みしていただきますようお願いいたします。

◆お子さまが通われているクラス（小学校・幼稚園・保育園等）が学級閉鎖となった場合

- ・学級閉鎖が解除されるまで、スクールはお休みしていただきますようお願いいたします。
※上記の振替は特別振替とし、通常規定の振替回数に含みません。 ※振替期限：翌々月組末まで

「特別振替制度」について

- ・上記感染症、及び台風やゲリラ豪雨などによる特別な欠席については、通常振替回数に含まず振替登録していただけます。
詳細やご質問については、スタッフまでお問い合わせください。

メール配信システム

- ・気象警報の発令などに伴うキッズスクールの休講のご案内や短期水泳教室等、メール配信にてお知らせいたします。

安心メール（入退館通知）について

- ・スクールに到着した時刻、帰りの時刻を保護者さまにメールでお知らせします。
※会員証でのチェックイン・チェックアウトが必要です。

お忘れ物について

- ・店舗内の忘れ物につきましては、以下の保管期間といたします。
 - ◇貴重品類（例）財布、時計、鍵…お預かりから1週間（その後、最寄りの警察署へ届出）
 - ◇その他（例）タオル、衣類…お預かりから1ヶ月（その後、当施設で処分）
- ※持ち物の紛失およびお忘れ物の破損に関しましては、一切責任を負いかねますのでご了承ください。

レンタルについて

- ・水着、スイムキャップ、バスタオルをお忘れの場合は、受付にお問い合わせください。
ご使用后、受付にて返却をお願いいたします。

撮影について

- ・館内でのビデオ、カメラ、携帯電話による撮影はできません。



来館の流れ（キッズコース）

受付でチェックイン

- ・来館時、会員証の読み込み（チェックイン）を行ってください。

ロッカールーム（レッスン前）

- ・ロッカーは10分前からご利用ください。
- ・くつは「専用靴箱」をご利用ください。
- ・飲食は禁止です。
- ・お着替えのお手伝いが必要な場合は保護者さまの性別に合わせてご利用ください。
- ・水着に着替え、キャップ、ゴーグルをつけ、ロッカーを持って、プールサイドへ移動してください。

待機

- ・レベル14までのお子さまは腰ヘルパーを装着してください。
- ・コーチが来るまで座って待ちます。
- ・初回レッスン時は、保護者さまからお伺いしたお子さまの水慣れ度を考慮したグループでレッスンいたします。2回目以降は、レッスン後にレベル認定したレベルからスタートとなります。

シャワー

- ・出席確認後、シャワーをしてレッスンを開始します。

採暖室（レッスン後）

- ・シャワーを浴び順次解散いたします。

受付でチェックアウト

- ・退館時、会員証の読み込み（チェックアウト）を行ってください。



レベル認定テストの流れについて

- ・各練習グループごとに順次テストを行います。
- ・お子さまはプールサイドに待機していただき、順番にテスト項目を泳いでいただきます。
※レベル認定テスト週は、練習時間が短くなります。
- ・レベル認定テスト終了後、合格者には、ワッペンをお渡しいたします。
- ・グレード修了者（レベル3、6、9、12、18、24、30を合格した方）は、各グレードのメダルを授与いたします。

レベル認定テスト後について

- ・合格したお子さまは、新しいワッペンに付け替えてください。

レベル認定テストの結果について

- ・レベル認定テストの合否の結果はインターネットサービスの進級履歴画面でご確認いただけます。（※1）
- ・進級履歴画面では、①レベル認定テスト日 ②受講レベル ③合否 ④判定項目の結果 ⑤測定した種目別のタイム が閲覧できます。

進級履歴について

- ・レベル認定テストの結果データは、当日の24時に更新されます。
- ・過去の履歴は当月を含めて36ヶ月分が表示されます。

123456789
〇〇〇〇様

所属店舗
〇〇〇〇〇〇

メニュー

- スイミング振替
- 進級履歴照会**
- レッスン予約

メール受信設定

支払情報確認・変更

写真登録

メニュー設定 ログアウト

進級履歴 ※1

スクール
スイミングスクール

進級履歴

テスト日	級	合否
● 2023/07/12	レベル16	合格
○ 2023/05/17	レベル16	不合格
⋮	⋮	⋮

進級結果

合格
次のレベルも合格できるように練習しよう！

判定項目

内容	判定
キャッチアップクロールで泳げる	○
横を向いて呼吸ができる	○
⋮	⋮

タイム記録

種目	タイム
個人メドレー 100m	0:00.00
クロール 50m	0:00.00
⋮	⋮



レベル認定基準表 (1~30)

- ・30段階に分かれた独自の認定基準により、お子さまに無理のない確実な泳ぎの習得を行っております。
- ・30段階の認定基準を下記のように大きく7段階に分けております。レベルワッペンイラストもグレードごとに変わり、それぞれのステップが終了するとイラスト入りの金メダルを授与いたします。お子さまにもわかりやすい目標となっており、練習する楽しさ、達成感、やる気を育てます。

※レベル1~14まで腰ヘルパー着用

グレード	レベル	認定基準
めだか 水慣れの基礎 	1	自分で顔つけができる
	2	水中に顔つけ3秒間ができる
	3	呼吸止め5秒間ができる
きんぎょ 浮き身からキックの基礎 	4	板伏し浮きができる
	5	その場伏し浮きができる
	6	板キック5mができる
ラッコ 背面導入とキック力の強化 	7	背面キック5mができる
	8	ポビングジャンプ(ヘルパー付き)ができる
	9	呼吸付き板キック12.5mと板キック12.5mが連続してできる
とびうお 背面キック強化とクロールの基礎 	10	背面キック(両手は下)12.5mと背面キック(両手は上)12.5mが連続してできる
	11	けのびキック10mができる
	12	ノーブレイクロール10mが泳げる
	13	クロール(呼吸付き)12.5mが泳げる
ドルフィン クロールと背泳ぎの完成 	14	クロール25mが泳げる
	15	クロール12.5mが泳げる
	16	クロール25mが泳げる
	17	背面キック(両手は上)25mが泳げる
	18	背泳ぎ25mが泳げる
	19	平泳ぎ板キック(ヘルパー付き)12.5mができる
グッドスイマー 平泳ぎと泳力技術・体力の向上 	20	平泳ぎ板キック25mができる
	21	平泳ぎ25mが泳げる
	22	クロール50mが泳げる(クイックターン)
	23	背泳ぎ50mが泳げる(オーバーロールターン)
	24	平泳ぎ50mが泳げる
	25	バタフライ板キック25mができる
ベストスイマー 4泳法の完成と安全水泳・個人メドレー 	26	ノーブレイバタフライ12.5mが泳げる
	27	バタフライ25mが泳げる
	28	顔上げ平泳ぎ50mが泳げる
	29	バタフライ50mが泳げる
	30	個人メドレー100mが泳げる
	31~35 (ブロンズ)	各レベルの設定したタイムをクリアできる
36~40 (シルバー)		
41~45 (ゴールド)		
46~50 (プラチナ)		



レベル認定基準表 (31～50)

- ・レベル30を修了すると、タイム級のトップスイマーグレードのステージへと進みます。
- ・4泳法を習得し、個人メドレーが泳げるようになったお子さまの体力や筋力アップのためのカリキュラムが設定されており、楽しさや達成感、やる気を育て、向上心を育みます。

 <p>四泳法と個人メドレーの更なる向上</p>	31～35 (ブロンズ)	各レベルの設定したタイムをクリアできる
	36～40 (シルバー)	
	41～45 (ゴールド)	
	46～50 (プラチナ)	

- ・ブロンズからスタートし、プラチナを目指します。
- ・各項目にステップアップをした場合、ワッペンをお渡しします。
- ・ワッペンはブロンズ～プラチナの4種のみでレベル(数字)のワッペンはございません。

◆制限タイムについて

- ・下記5種目より1種目を選択し測定いたします。各レベルの制限タイムをクリアすると次の目標タイムのレベルに認定されます。
- ・タイム測定はレベル認定期間に行います。

項目	レベル	選択種目				
		個人メドレー	クロール	背泳ぎ	平泳ぎ	バタフライ
ブロンズ	31	2.05.8	51.6	57.1	1.04.1	55.2
	32	2.01.9	50.1	55.3	1.01.9	53.6
	33	1.57.8	48.4	53.6	59.9	51.8
	34	1.53.7	46.7	51.9	57.9	50.0
	35	1.49.6	45.0	50.2	55.9	48.4
シルバー	36	1.47.2	43.4	49.2	53.9	47.6
	37	1.45.2	42.6	48.3	53.0	46.7
	38	1.43.2	41.8	47.4	52.1	45.8
	39	1.41.2	41.0	46.5	51.2	44.9
	40	1.39.2	40.2	45.6	50.3	44.0
ゴールド	41	1.37.2	39.4	44.7	49.4	43.1
	42	1.35.2	38.6	43.8	48.5	42.2
	43	1.33.2	37.8	42.9	47.6	41.3
	44	1.31.2	37.0	42.0	46.7	40.4
	45	1.29.2	36.2	41.1	45.8	39.5
プラチナ	46	1.27.2	35.4	40.2	44.9	38.6
	47	1.25.2	34.6	39.3	44.0	37.7
	48	1.23.2	33.8	38.4	43.1	36.8
	49	1.21.2	33.0	37.5	42.2	35.9
	50	1.18.1	31.7	36.2	40.7	34.6