

# 2026年度 TRIAXIS MYRICA aQuatic School Calendar

  ← School開講日    
   ← School休講日    
 ★ ← aQuanoteお渡し日

**4月** 4月度：4月01日～04月28日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
		★	★	★	★	
5	6	7	8	9	10	11
★	★	★				
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	5/1	

◆春の短期水泳教室

○04月29日(水・祝日)～5月1日(金) スクール休講

**5月** 5月度：5月02日～05月29日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	

◆GWの短期水泳教室(予定)

**6月** 6月度：05月30日～6月26日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						5/30
						★
5/31	1	2	3	4	5	6
★	★	★	★	★	★	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	

**7月** 7月度：06月27日～7月26日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						6/27
6/28	6/29	6/30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26						

◆夏の短期水泳教室

◆12日(日)Summer Party

◆Summer Camp

○07月11日(土)～7月12日(日) スクール休講

**8月** 8月度：7月27日～08月30日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	7/27	7/28	7/29	7/30	7/31	1
	★	★	★	★	★	★
2	3	4	5	6	7	8
★						
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

◆夏の短期水泳教室

◆Summer Camp

○08月11日(火)～8月17日(月) スクール休講

**9月** 9月度：9月01日～10月04日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	8/31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	10/1	10/2	10/3
10/4						

◆20日(日)アクアティックミート(水泳大会) 開催予定

○09月20日(日)～9月26日(土) スクール休講

**10月** 10月度：10月05日～11月01日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	5	6	7	8	9	10
	★	★	★	★	★	★
11	12	13	14	15	16	17
★						
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
11/1						

◆Autumn Camp

**11月** 11月度：11月02日～11月29日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29						

**12月** 12月度：11月30日～12月27日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	11/30	1	2	3	4	5
	★	★	★	★	★	★
6	7	8	9	10	11	12
★						
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1/1	1/2
1/3						

◆冬の短期水泳教室

○12月28日(月)～1月3日(日) スクール休講

**1月** 1月度：1月04日～01月31日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

◆冬の短期水泳教室

◆Winter Camp(1Day予定)

**2月** 2月度：2月01日～02月28日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
	★	★	★	★	★	★
7	8	9	10	11	12	13
★						
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

◆Winter Camp(2Day予定)

**3月** 3月度：03月01日～3月28日

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

◆春の短期水泳教室

◆Spring Camp

○03月29日(月)～3月31日(水) スクール休講

- 必ず上記の日程をご確認の上、スクールへご参加ください。
- 休会・クラス変更・バス登録変更を希望される場合は、前月の10日までにフロントにて手続きをお願いいたします。
- 退会をされる場合は、当月の10日までにフロントにて退会届にご記入をお願いいたします。
- スクール入会時の登録内容(住所・電話番号・メールアドレス等)が変更になった場合は、必ずフロントへ届出をお願いいたします。

- 振替は、月4回取ることができます。お休みされる月とその翌月で振替が可能です。
- 振替枠は安全面を考慮し設定しております。前日18時までは振替枠のみを開示しておりますが、前日18時以降にはお休み登録者の方も振替定員数に加算されます。
- 振替定員を確保するためにも、お休みの場合はお休み登録をお願いいたします。
- 振替登録は(通常練習日の振替基日)前日までは何度でも変更可能です。再登録の場合は、一旦欠席を取り消して再度欠席登録→振替登録をしてください。
- 振替日前日18時以降の変更はできませんのでご注意ください。この場合、振替回数にカウントされます。
- 振替日にスクールバスをご利用されたい方は、フロント・電話の受付のみとなります。通常練習日で、スクールバスに乗車されている方が対象です。

**暴風・大雨・洪水・大雪の警報が発生した場合、**  
**警報下も基本的には、通常通りクラスを開催いたします。**  
**出欠は各ご家庭にて判断ください。**  
**欠席の場合は、振替をお願いいたします。**



**LinkaQua MYRICA**  
**Tel: 06-6816-8686**  
 大阪府吹田市千里丘北1-15  
 myrica@linkworks-family.com

「My page」へのログインについて

URLまたはQRコードから、マイページへアクセス可能です。  
<https://www.linkworks-family.com/mypage/>



マイページにご登録いただくと、欠席・振替・クラスでできるようになったこと、  
 イベントの案内等をご確認いただけます

# linkworks aQuatic school -評価項目一覧-

👕 ライフジャケット 🧢 マスク 🏊 スノーケル  
👖 フィン 🧥 ウェットスーツ 🕶️ ゴーグル

## Dive -潜る-

No.	評価項目	距離	使用用品	No.	評価項目	距離	使用用品	No.	評価項目	距離	使用用品
D-1	1人でプールに入る			D-12	ボビング		🕶️🕶️	D-23	逆立ち②		🕶️
D-2	1人でプールから上がる			D-13	立ち飛び込み(深場)②		🕶️🕶️	D-24	前まわり②		🕶️
D-3	1人で歩く		🕶️	D-14	色の識別		🕶️	D-25	石拾い		🕶️🏊
D-4	1人でジャンプする		🕶️	D-15	物の識別		🕶️	D-26	垂直潜行(3回)	25m	🕶️🏊🕶️
D-5	顔を洗う		🕶️	D-16	ジャンプボビング		🕶️	D-27	垂直潜行から水中潜泳(12.5m)	25m	🕶️🏊🕶️
D-6	顔をつける		🕶️	D-17	おしりつけ		🕶️	D-28	水中潜泳(途中息継ぎ1回)①	25m	🕶️🕶️
D-7	耳をつける		🕶️	D-18	立ち飛び込み(深場)+ジャンプボビング		🕶️	D-29	水中潜泳①	25m	🕶️🕶️
D-8	バブリング①		🕶️	D-19	お腹つけ		🕶️	D-30	水中潜泳(途中息継ぎ1回)②	25m	🕶️
D-9	立ち飛び込み(浅場)		🕶️	D-20	背中つけ		🕶️	D-31	水中潜泳②	25m	🕶️
D-10	バブリング②		🕶️🕶️	D-21	逆立ち①		🕶️				
D-11	立ち飛び込み(深場)①		🕶️🕶️	D-22	前まわり①		🕶️				

## Float -浮く-

No.	評価項目	距離	使用用品	No.	評価項目	距離	使用用品	No.	評価項目	距離	使用用品
F-1	1人で浮く(立ち浮き)		🕶️	F-12	1人で浮く(背面)③		🕶️🕶️	F-23	浮き身1分		
F-2	1人で浮く(うつむけ・顔つけなし)		🕶️	F-13	台から壁にとびつく③		🕶️🕶️	F-24	連続泳/200①	200m	🕶️🕶️
F-3	1人で浮く(背面)①		🕶️	F-14	台から台にとびつく(手から)③		🕶️🕶️	F-25	フロントクロール①	25m	🕶️
F-4	壁をつたって移動する		🕶️	F-15	1人で浮く(うつむけ)③		🕶️🕶️🏊	F-26	立ち泳ぎ1分(手あり)		
F-5	台から壁にとびつく①		🕶️	F-16	連続泳(背面)キックのみ	50m	🕶️🕶️	F-27	連続泳/100③	100m	🕶️
F-6	台から台にとびつく(手から)①		🕶️	F-17	ロールスイム(アニマル⇄背面)	25m	🕶️🕶️	F-28	フロントクロール②	25m	🕶️
F-7	1人で浮く(うつむけ)①		🕶️🕶️	F-18	連続泳/50	50m	🕶️🕶️🏊	F-29	立ち泳ぎ1分(足のみ)		
F-8	1人で浮く(背面)②		🕶️🕶️	F-19	連続泳(背面)キックのみ①	100m	🕶️🕶️🕶️	F-30	連続泳/200②	200m	🕶️
F-9	台から壁にとびつく②		🕶️🕶️	F-20	連続泳/100①	100m	🕶️🏊	F-31	フロントクロール③	25m	
F-10	台から台にとびつく(手から)②		🕶️🕶️	F-21	連続泳/100②	100m	🕶️🕶️	F-32	連続泳/500	500m	🕶️
F-11	1人で浮く(うつむけ)②		🕶️🕶️	F-22	連続泳(背面)キックのみ②	100m	🕶️				

## Move -移動する-

Free -自由形(クロール)-				Backstroke -背泳ぎ-				Butterfly -バタフライ-			
No.	評価項目	距離	使用用品	No.	評価項目	距離	使用用品	No.	評価項目	距離	使用用品
Fr-1	アニマルストローク①	5m	🕶️	Ba-1	背面キック(手横)①	5m	🕶️	Fly-1	グライドキック①	25m	🏊🕶️🕶️
Fr-2	アニマルストローク②	12.5m	🕶️🕶️	Ba-2	背面キック(手横)②	12.5m	🕶️🕶️	Fly-2	グライドキック②	25m	🏊🕶️
Fr-3	アニマルストローク③	25m	🕶️🕶️	Ba-3	背面キック(手横)③	25m	🕶️🕶️	Fly-3	グライドキック(4K1P)①(ストリームライン)	25m	🕶️🕶️
Fr-4	グライドキック(呼吸なし)	7m	🕶️🕶️	Ba-4	背面キック(手横)④	25m	🕶️🕶️	Fly-4	グライドキック(4K1P)②	25m	🕶️
Fr-5	グライドキック①	25m	🕶️🕶️🏊	Ba-5	背面キック(手上)①(ストリームライン)	25m	🕶️🕶️	Fly-5	片手バタフライ(サイドプレス)	25m	🕶️🕶️
Fr-6	グライドキック②	25m	🏊🕶️🕶️	Ba-6	背面キック(手上)②	25m	🕶️🕶️	Fly-6	ノープレバタフライ	25m	🏊🕶️
Fr-7	息継ぎなしクロール①	25m	🕶️🕶️🏊	Ba-7	背面キック(手上)③	25m	🕶️🕶️	Fly-7	コンビネーション①	25m	🕶️🕶️
Fr-8	ロールキック(ストリームライン)	25m	🕶️🕶️	Ba-8	背面キック(手上)④	25m	🕶️🕶️	Fly-8	コンビネーション②	25m	🕶️
Fr-9	グライドキック③	25m	🏊🕶️	Ba-9	3カウントスイム①	25m	🕶️🕶️	<b>Breaststroke -平泳ぎ-</b>			
Fr-10	息継ぎなしクロール②	25m	🏊🕶️	Ba-10	背面キック(手上)⑤	25m	🕶️	Br-1	グライドキック(手横)①	25m	🕶️🕶️🏊
Fr-11	グライドキック(サイドプレス)	25m	🕶️🕶️	Ba-11	コンビネーション①	25m	🕶️🕶️	Br-2	グライドキック(手横)②	25m	🕶️🏊
Fr-12	片手クロール①(サイドプレス)	25m	🕶️🕶️	Ba-12	3カウントスイム②	25m	🕶️🕶️	Br-3	グライドキック(手前)	25m	🕶️🏊
Fr-13	コンビネーション①(両手回し)	25m	🕶️🕶️	Ba-13	コンビネーション②	25m	🕶️🕶️	Br-4	グライドキック(2K1P)①(ストリームライン)	25m	🕶️🏊
Fr-14	片手クロール②(サイドプレス)	25m	🕶️🕶️	Ba-14	コンビネーション③	25m	🕶️	Br-5	グライドキック(2K1P)②	25m	🕶️
Fr-15	コンビネーション②	25m	🕶️🕶️					Br-6	コンビネーション	25m	🕶️
Fr-16	コンビネーション③	25m	🕶️					<b>Individual Medley -個人メドレー-</b>			
								IM-1	個人メドレー	200m	🕶️



### 【認定・評価について】

- LinkaQuaではレッスンごとに評価を行っておりますが、2ヶ月間の練習の様子をアクアノートにまとめ、お渡しいたします。お渡し日はアクアティックスクールカレンダーを参照ください。
- Dive(潜る)・Float(浮く)・Move(移動/自由形(クロール))・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ・個人メドレー)のそれぞれに評価項目の課題を設定しています。(全108項目)

- 108の評価項目に対し5段階のチェックを設け全部で540のチェックがあります。(108項目×5段階チェック=540チェック)
- 50チェック達成ごとにオリジナルキャラクターのシールがもらえます。
- アクアノートのお渡し日は、認定日の翌週にお渡しいたします。(詳細はアクアティックスクールカレンダー参照)
- お渡し日に欠席された場合は次回の練習日にお渡しいたします。
- べびたんクラス・グッピークラスの認定は6ヶ月に1回となります。

### 【5段階のチェック】

1. はじめて練習に挑戦した
2. リーダーと一緒に5回以上練習に挑戦した
3. ひとりで5回以上練習に挑戦できた
4. ひとりでできるようになった
5. ひとりで3回以上できるようになった