



NSP 高知スイミングスクール

進級基準が改定になります！

9月より進級基準が改定になります。アプリ(バスキャッチ)での運営が10月よりスタートします。登録、操作が不安な方は受付にて操作案内等させていただきますのでお気軽にお声がけください。



☀️コーチ紹介☀️

NSPで泳いでいたコーチです!!

今月は NSP 高知で選手として活躍していたコーチを紹介します。

名前 前 ^{いしもと けいじ} 石本 景慈コーチ
お誕生日 2003年2月7日
好きな食べ物 ピュレグミ プレミアムパイ
好きなこと 寝落ちするまでマンガを読むこと
みなさんへ お菓子食べた分だけ泳いで痩せる！
僕のモットーです。ぜひ参考にして
みてください😊たくさん泳いでエネルギーに変えましょう!!



みんなか人気で NSP の選手コースで泳いでいた石本コーチ☆
学生時代、色々な種目にたくさん挑戦していました。

バタフライの腕の回す速さはダントツ速かった(笑)水をちゃんとかいているのか？
と思うほどに速かったです！上級を主に担当しているコーチなので、速く泳ぐ方法など
聞いてみてください☆

☆いろんなコーチを紹介してきました。まだまだ紹介していきますので楽しみに😊

中秋の名月(ちゅうしゅうのめいげつ)十五夜とは？

毎年旧暦の8月15日は中秋の名月(ちゅうしゅうのめいげつ)(十五夜)です。

新暦に当てはめると、今年の中秋の名月は9月17日(火)です。この日の月は、
1年のうち最も美しいといわれています。古来より日本では、中秋の名月の日
にお月見を楽しみ、秋の実りに感謝をするという習わしがあったそうです。

旧暦の7月～9月は秋。8月は秋の季節の真ん中＝「中秋」であることから、
8月の十五夜(じゅうごや)の月は「中秋の名月」と呼ばれるようになったみたい♪

お団子片手に、きれいなお月さまを見てみよう 🌕 🍡

～みんなも調べてほしいことがあったら言ってね♪～



9月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2 定休日	3	4	5	6	7
8	9 定休日	10 10月分各種 提出期限	11	12	13	14
15	16 定休日	17	18	19	20 10月会費 納入期限	21
22	23 定休日	24 進級テスト	25 進級テスト	26 進級テスト	27 進級テスト	28 進級テスト
29	30 定休日					

10月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7 定休日	8	9	10 11月分各種 提出期限	11	12
13	14 定休日	15	16	17	18	19
20	21 定休日	22 進級テスト 11月会費 納入期限	23 進級テスト	24 進級テスト	25 進級テスト	26 進級テスト
27	28 定休日	29 スクール休み	30 スクール休み	31 スクール休み		

～スクール時間～

クラス	曜日	時間	
ジュニア	火～金	16:10～17:05	17:25～18:20
	土	13:30～14:25	14:45～15:40
育成 ジュニア	火～金	18:30～20:00	
	土	16:00～17:30	

①月曜日は定休日となります。

②月4週制のスクールですので、第5週目はスクールお休みとなります。

※月により変更になる場合もありますので、カレンダーを必ずご確認ください。

③進級テストは4回目の練習時間内に行います。

④月会費は前納制です。翌月分月会費を期日までに受付へ納入ください。

⑤進級テスト期間中のみプールサイドで見学できます。

高知県高知市北端町 100 番 高知中学高等学校内

☎088-855-7088

NSP 高知スイミングスクール