

コース案内

はびきのスイミングスクール

〒583-0014 藤井寺市野中4丁目8-1

受付時間: 月/15:00~19:00 火~金/11:00~19:00 土曜日/9:00~18:00 休館日/日曜日

Tel: 072(978)8862

●本科ジュニアコース (年齢別クラス編成+能力別グループ編成、担当コーチ制による指導) 入会金: 2,160円、年会費: 3,240円
まず、水に慣れることから始めて、コミュニケーションを大切にしながら、個人メドレー100m完泳をめざします。

対象: 3才~ 授業料: 週1回...7,020円 ※週2回...8,640円 (税込)

曜日	時間	クラス名	対象年齢	指導内容 (指導級)
土曜日	8:30~9:45	S-1 (土)	3才~	水慣れ (ピンクマーリン) → キック (レッドマーリン) → クロール (オレンジマーリン) → 背泳ぎ (イエローマーリン) → 平泳ぎ (ブルーマーリン) → バタフライ (グリーンマーリン) → 50mタイムトライアル (スーパーレッド→スーパーゴールド)
	9:35~10:50	S-2 (土)		
	10:40~11:55	S-3 (土)		
水曜日 土曜日	14:15~15:30	B-3 (水) B-6 (土)		
月曜日 土曜日	15:20~16:35	C-1 (月) C-2 (火) C-3 (水) C-4 (木) C-5 (金) C-6 (土)		
	16:25~17:40	D-1 (月) D-2 (火) D-3 (水) D-4 (木) D-5 (金) D-6 (土)		
	17:30~18:45	E-1 (月) E-2 (火) E-3 (水) E-4 (木) E-5 (金)		

※週2回クラスは、同じ時間帯であれば、曜日の組み合わせは自由です。Eクラスの場合、土曜日はDクラスと組み合わせてください。

※S-1・S-2・S-3クラスは週2回の組み合わせはありません。

●ベビーコース

たくさんのお子子育て中のお母さんと知り合えます。
息こらえをして潜ったり、バタ足や飛び込みをして、
お母さん、お父さんと楽しく遊びましょう。

【対象】6ヶ月~3才

【会費】4,320円 (月3回) 5,940円 (月5回)
7,236円 (回数無制限)

火・木 11:30~12:20
土 11:50~12:40



●ぴよぴよくらぶ

お兄ちゃん・お姉ちゃんのいるプールと一緒に水遊び。
自然にプールに慣れてもらうコースです。
(お兄ちゃん・お姉ちゃんがいなくても入れます。)

【対象】2歳以上3才までの幼児

【会費】会員のご家族は 3,780円/月
それ以外の方は 5,400円/月

月・火・木・金 15:40~16:20
水 14:35~15:15



●水中健康コース (腰痛緩和に)

水の中での全身運動が健康にいいことはよく知られています。
だから、泳ぐ練習はしなくても大丈夫。水の浮力を受けて、
水の抵抗を感じながら、のんびりと歩きましょう。

【対象】成人男女

【会費】7,236円 (月4回)
9,180円 (月8回)

水・金 12:35~13:45



●マスターズ

コーチがついて、基礎から教えます。
今からでも泳ぎを覚えたい方。しっかり泳ぎたい方。
自分のペースで泳いでいるだけでは物足りない方に。

【対象】成人男女

【会費】7,020円 (月4回) 8,640円 (月8回)
42,120円 (ロイヤルコース・半年分一括前納)(返金不可)

火 12:45~13:45 (種目別指導)
水・金 11:30 12:40 (泳力別指導 初級 上級)



●フリーコース

コーチの指導はありません。
泳ぐのも歩くのも自由。ストレス解消に、
老化防止に、そしてシェイプアップに。

【対象】成人男女

【会費】3,780円 (回数の制限ありません)

火・木 12:45~13:45



●育成・選手コース

本科生の中からコーチの推薦で選ばれた人だけが入れます。
本科とは別メニューの指導でJO (ジュニアオリンピック) 出場をめざします。

【会費】育成 9,720円 (週3回) 10,260円 (週4回)
10,800円 (週5回)

選手 11,340円 (週6回)

・育成 月~金 17:30~18:45 土 16:25~17:40
・選手 月~金 18:30~20:30
土 12:30~14:25

●E-O (イーゼロ) コース

月4回自由出席制。小学校高学年以上で、他の習いごとなどのため
毎週決まった曜日に出席できなくなった本科生向けのコース。

【対象】小学3年生以上の本科生。グリーンマーリン1級以上

【会費】7,020円

月~金 17:30~18:45
土 16:25~17:40

はびきの
スイミング
スクール

※2015年3月7日更新

歩く、
泳ぐ、
笑う。