

水泳教室

いろいろな
コースが
あります



本科児童コース時間帯と授業料

コース		時間帯		授業料
対象	略称	月～金	土	
小学生以上	午前	S1	10:10～11:30	週2回 ¥9,288 月・木コース 火・金コース 水・土コース
小学生以上 (4泳法習得者以上)		S2	11:10～12:30	
3才～5才	午後	1時間目	14:25～15:40 14:00～15:15	
5才～小学2年生		2時間目	15:45～17:00 15:00～16:15	
小学生以上		3時間目	16:40～18:00 15:55～17:15	
小・中学生 (4泳法習得者以上)		4時間目	17:40～19:00 16:55～18:15	
小学5年生以上 (4泳法習得者以上)		Y	17:40～19:00 16:55～18:15	
				週1回 ¥7,560
				週1回 ¥8,100 (どの曜日でも御利用いただけます)

※月・木・土曜日の3時間目に限り、4泳法コース有。詳細はフロントまで。

コース		時間帯			火	水	木	金	授業料
名称	略称	(A)幼児(4歳～)	(B)小学生						
ヒップホップ	HP2	16:00～17:00	17:00～18:00		○				1コマ ¥5,292 追加1コマ ¥7,452 ※例→チア+空手
チアダンス	CD5	16:00～17:00 幼児	17:10～18:10 1・2年生	18:20～19:20 3年生以上			○		
	CD4	16:20～17:20		17:25～18:25		○			
空手	KT3	17:00～18:00 満5歳～2年生	18:00～19:00 3年生～			○			

※スクール向かいエスフォルタアリーナ内多目的室Cにてレッスンを行います。

育成・選手コース時間帯と授業料

コース		時間帯		月	火	水	木	金	土	授業料
名称	略称	月～金	土							
育成	14	15:45～17:00	10:10～11:30		○		○		○	週3回 ¥9,720
	13	17:40～19:00	11:10～12:30	○		○	○		○	週4回 ¥9,828
	12			○		○	○			
選手	K	18:20～20:15 (5・6コース) 18:20～21:00 (1～4コース)		○	○	○	○	○	○	週6回 ¥11,016(5・6コース) ¥11,232(1～4コース)

ベビーコース (6ヶ月以上4歳未満)

ベビーの健全な発育・発達のため、さらに、水の楽しさと身を守ることを体験していただきます。(お子様と保護者2名までご参加可能です)

レディース・成人コース (初～上級まで)

ストレス解消・健康増進に。水中運動を取り入れた、健康作りのプログラムです。一人で泳いでも長続きしなかった方、正しい泳ぎと水中でのリラックス方法を一緒に学びませんか。自分の能力に合ったプログラムが必ずあります。

ゆったりコース (水中健康運動)

水中で歩いたり走ったりの専用コースです。泳いだり顔をつける必要はありません。メタボリック症候群予防に最適。

腰痛・肩こり改善コース

腰痛の改善及び予防、肩こりの改善専門のコースです。30分体操-ストレッチ体操で腰痛の痛み、肩こりを和らげます。45分の水中運動-無理なく楽しみながら筋力をつけ腰痛・肩こりを予防。もちろん泳げなくても大丈夫です。

アクアスティックマジック

水中運動用のスティック(棒)を握ったりゆるめたりすることで、指先の神経系を刺激・活性化し身体のバランス機能を向上させます。
★水のパワー+脳の活性化=アンチエイジングにぴったり!
★顔をつけないので、泳げない方、水が苦手な方も大丈夫!

フリーコース

1時間30分の中で自由に水泳をお楽しみ下さい。

ベビー・成人向け時間帯と授業料

コース		時間帯		月	火	水	木	金	土	授業料
名称	略称	月～金	土							
ベビー	B	10:45～11:30	13:15～14:00	○			○		○	週3回 ¥7,128
レディース	L	11:15～13:00 月・木・火・金コース		○	○		○	○		週2回 ¥9,828/週1回 ¥8,100 +Tコース週3回 ¥11,556
成人(夜)・ 中高生コース	G・CK	19:45～21:30 火・金・水・土コース	19:00～20:45		○	○		○	○	週4回 ¥13,176/週2回 ¥9,828 週1回 ¥8,100/+Tコース週3回 ¥11,556
成人(昼)	GL	11:45～13:30				○				週1回 ¥8,100
フリーコース	T		12:30～14:00						○	チケット制 5回 ¥7,560/11回 ¥13,176
ゆったり	UL	11:15～13:00		○			○			週2回 ¥10,368/週1回 ¥8,640
腰痛・肩こり 改善コース	H		12:00～13:25						○	週1回 ¥8,640 +ULコース週2回 ¥10,368
アクアスティック マジック	ASM	13:00～13:30		○			○			¥6,048 通常コース+137 ¥1,080/通常コース+237 ¥1,620

(振替授業)レディース・成人・ゆったり・腰痛・肩こりコースは年間を通じて、1ヶ月以内の振替ができます(詳細はフロントまで)

募 集 要 項

- 各コースは定員制のため、予約待ちの場合もあります。(受付にお尋ね下さい)
 - 再入会の方、ご家族が入会されている方、元会員のご家族の方の入会金は無料となります。
 - 無料スクールバスご利用者は利用申込書を提出していただきます。但し、バス乗車定員数を超えているクラスではお待ちいただく場合があります。
 - 提携幼稚園には、スクールバスが幼稚園終了時にお迎えに参ります。
- ※詳細はフロントまでお気軽にお問合せ下さい。

必 要 な 物

- ①入会金.....3,240円
- ②事務管理手数料(入会時のみ).....3,240円
- ③初回授業料(各コース授業料を参照)

※入会申込は午前10:30～午後7:30までにお越し下さい。
※2回目以降は指定銀行口座から引き落としになります。
(みずほ・山梨中央・多摩信・ゆうちょ)

- ④預金通帳・銀行届出印
- ⑤写真 3×3cm 2枚(スナップ可)
- ⑥指定用品代(Tシャツ・水着・帽子・バッグ他)

※入会時提出の入会申込書、健康申告欄は真実をご記入下さい。
※指定用品は入会条件として必ず購入していただきます。