

正しい指導法・清潔な水と施設・温かいメンバーシップ

室内温水プール25m×7コース



ベビーコース

(6ヶ月～3歳未満の親子ペア)
お子様とスキンシップを図りながら、音楽に合わせてベビーピクスで全身運動。お子様にもお母様にも新しい育児のスタイルです。

キンダーコース

(2歳～3歳未満)
プールで身体を動かすこと、楽しく泳ぎながらお子様自身で水に親しむ指導を優先します。

幼児コース

(2歳半～4歳)
無理なく楽しみながら泳ぐ芽を育て泳げる自信をヤル気につなげます。

園児・小学生コース

(5歳～12歳)
泳力別の効果的なグループ制でしっかりした泳ぎの基礎とマナーと協調性が身につく指導をします。

中学生コース

(中学1年生～中学3年生)
勉強やクラブ活動の体力づくりと健康増進に、プールでバランスのとれた運動が効果を発揮します。

コース	曜日	時間	月会費
■ベビーコース			
6ヶ月～3歳未満	自由出席	月・水・金 14:00～15:00	5,000円 (別途消費税)
■ジュニアコース			
●幼児～中学生(3歳～15歳)	週1回	土 8:30～9:45	7,000円 (別途消費税)
		9:30～10:45	
●キンダー(2歳～3歳未満)	週1回	月・水・金 14:00～15:00	7,000円 (別途消費税)
	週2回		
●幼児～小学生(2歳半～12歳)	週1回	土 13:00～14:15	9,000円 (別途消費税)
		14:00～15:15	
●幼児～小学生(2歳半～12歳)	週1回	月～土 15:00～16:15	7,000円 (別途消費税)
		週2回	
●幼稚園年中～小学生(5歳～12歳)	週1回	月～土 16:15～17:30	9,000円 (別途消費税)
		週2回	
●小学生・中学生(7歳～15歳)	週1回	月～土 17:15～18:30	9,000円 (別途消費税)
		週2回	
●中学生コース(月～土)自由出席		体操 18:30～19:00	6,000円 (別途消費税)
		プール 19:00～20:15	
●育成コース(コーチ認定者)	週4回	月・火・木・土 16:15～17:30	10,000円 (別途消費税)
		17:15～19:00	
●選手コース(コーチ認定者)	週5回	月～金 18:30～20:00	11,000円 (別途消費税)
		土 17:15～19:00	

●入会金:6,000円(別途消費税) ●クラスごとに決められた曜日・時間に練習していただけます。
●指定用品・ジュニア:水着、帽子、Tシャツ、トラン、バッグ・キンダー:水着、帽子

成人コース

初めての方には泳ぎの手ほどきから、健康増進を目的にする方にはゆっくり無理なく泳ぐことに重点をおいた指導。マスターズ大会に挑戦したい方はタイムを縮める練習を指導。初心者から上級者まで、泳力別・泳法別にレッスンをを行います。
本格的マシンを備えたフィットネスコーナーもご利用いただけます。

水中ウォーキングコース

超音波流水機(フローマシン)に身体をあてるだけで驚くべき効果が!体力に不安のある方、運動経験のない方、泳げなくても大丈夫。水の中を歩く運動は安全な健康法です。

ジム会員

マシントレーニングは身体を動かす軌道が決まっているので怪我もしにくく、確実に筋肉を鍛えることができます。

コース	ご利用時間		月会費
	プール	ジム	
●デイ会員	月～土 11:00～12:45	10:00～14:00	7,500円 (別途消費税) (年払 82,500円) (別途消費税)
●ナイト会員	月～土 19:00～21:00		
●ロイヤルメンバー	月～土 11:00～12:45 19:00～21:00		9,000円 (別途消費税) (年払 99,000円) (別途消費税)
●水中ウォーキングコース	月～金 12:50～13:50	10:00～14:00	週5回 7,500円 (別途消費税) 週1回 4,500円 (別途消費税)
●アクアスティック	火・土 11:30～12:45		4,500円 (別途消費税)
●ジム会員	月～土	10:00～14:00	3,000円 (別途消費税)

●入会金:デイ・ナイト・ロイヤル 8,000円(別途消費税)
水中ウォーキングコース、アクアスティック、ジム会員 6,000円(別途消費税)
※高校生以上の方に限ります。

大人のための短期集中コース

実施月/9月3日(火)～10月31日(木)(期間中10回自由出席)
会費/6,000円(別途消費税)

スイムコースとウォーキングコースがあります。顔がつけられなくても大丈夫、優しく丁寧にレッスンします。お気軽にお問い合わせください。
※ガボのプールが初めての方



便利で安全なスクールバスをご利用ください

1.善根寺コース

- 善根寺→石切→今米方面
- 象印北横交差点
- 善根寺北バス停
- 善根寺バス停
- 孔舎衛小学校バス停
- ほっともつと
- 新石切グランドハイツ
- 近鉄石切駅前バス停
- 東石切4丁目(うさぎ屋東)
- ファミリーマート(中石切店)
- 芝交差点
- 今米東
- 吉原公園(テニスコート側)
- 岡本文具
- 東大阪釣道センター
- 北宮小 竹中文具
- ルナ加納前
- クモン歯科

2.鴻池コース

- 灰塚→鴻池→箕輪方面
- サンメゾンイースト
- 灰塚5秋家電機
- 灰塚郵便局
- 長尾米穀店
- イーストフォトショップ
- ホワイトビル
- 寺島公園鴻池バス停
- 中洲防署前
- 稲荷大神前
- 松田整骨院

3.野崎コース

- 泉→三箇→寺川方面
- 泉町北バス停前
- 泉小学校前
- 三住町念法寺
- サンヴェール住道
- 三箇大東公民館前
- 御領東バス停
- ローソン大東三箇4丁目店
- 江の口三箇自治会館
- 深野東バス停
- 緑風冠高校
- バルウエダ
- メナード東横
- トップワールド
- 野崎ガード下
- 野崎駅前成協信用



●育成、選手、中学生コース、マスターズの会員様および土曜午前中クラスはご利用いただけません。

入会手続・ご利用方法

●入会時にご持参いただくもの

入会金

月会費



顔写真
3枚
(スナップ可)



銀行の通帳



お届け印

ご入会はいますぐフロントまで!



ガボスイミングスクール

●お問い合わせ・お申込みは、〒574-0033 大東市扇町11-5 ☎(072)875-2662

