

おためしレッスン

！休校日！

- 8月1日(木)
- 8月10日(土)～16日(金)

大人のおためしレッスン

☆対象：15歳以上の成人男女 水泳に不適切な疾患がないこと
 ☆期間：① 7月2日(火)～7月31日(水) ※受付開始は 6月18日(火)
 ② 8月2日(金)～8月30日(金) ※受付開始は 7月16日(火)
 ③ 9月3日(火)～9月27日(金) ※受付開始は 8月20日(火)
 ☆時間帯： ※期間内に下記の時間帯で3回受講できます。
 ☆授業料： **3,240** 円 (フリーコースは2,160円)

●水中健康コース (プールに入る前にお化粧は完全に落として下さい)

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

●マスタース (プールに入る前にお化粧は完全に落として下さい)

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

●フリーコース (プールに入る前にお化粧は完全に落として下さい)

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

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
 営業・月曜日 15:00～19:00・火～金曜日 11:00～19:00 ☎072(978)8862 hss@herb.ocn.ne.jp
 時間・土曜日 9:00～18:00 ※日曜休校

大人の ()月 おためしレッスン申込書

| | | |
|------|------|--------------|
| 会員番号 | 領収金額 | 申込日 年 月 日 |
|------|------|--------------|

| | |
|-----------------------------|--------------------|
| (ふりがな) <input type="text"/> | 生年月日 |
| 氏名 | 年 月 日 男・女 () 歳 |

| |
|---|
| (ふりがな) <input type="text"/> |
| 住所 |
| 〒 <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/> ()-()-() <input type="text"/> ()-()-() |

| | |
|-------|-------|
| ※特記事項 | 希望クラス |
|-------|-------|